Machine Translated by Google

ASTRAL PROJECTION, A COMPLETE GUIDE

UNKNOWN AUTHOR

Global Grey ebooks

Machine Translated by Google

ASTRAL PROJEKSİ YON

A
TAM KILAVUZ

Machine Translated by Google

Astral Projeksiyon, Eksiksiz Bir Kı lavuz.

Bu bası m Global Gray tarafı ndan oluş turulmuş ve yayı nlanmı ş tı r.

©GlobalGrey 2018

globalgreyebooks.com

Machine Translated by Google

İ Çİ NDEKİ LER

Bölüm 1. Astral Alem Nedir?

Bölüm 2. Başlangıç

Bölüm 3. Projeksiyon Eğitimi

Bölüm 4. Temel Enerji Çalışması

Bölüm 5. Astral İp Tekniği

Bölüm 6. İp Tekniği Hakkında Daha Fazla Bilgi

Bölüm 7. Oobe ve İkilik

Bölüm 8. Uyanma Felci

Machine Translated by Google

BÖLÜM 1. ASTRAL ALAN NEDİR __

giriiş

Astral boyutun ve yansıtma sürecinin çok karmaşık olan belirli yönleri vardır - Çoğu yanlış anlaşılır ve hepsi zaman zaman çok kafa karıştırıcı olabilir. Bu makale dizisi konuya biraz ışık tutmaya ve umarız ne hakkında olduğunu açıklamaya çalışır. Bu İnceleme'deki teoriler ve sonuçlar, büyük ölçüde kendi projeksiyon deneyimimden alınmıştır. Bu İncelemenin amacı, yansıtma için daha fazla anlayış ve yeni, daha basit ve daha etkili teknikler geliştirmektir. Burada tartışılan fikirler, teoriler ve teknikler sürekli olarak geliştirilmektedir ve yeni keşifler ve anlayışlar ortaya çıktıkça değişiklik ve değişime tabidir.

Astral Boyut nedir?

Astral, fiziksel olana en yakın boyuttur. Büyük bir zihin ağı gibi dünyayı kaplar ve içine işler, tüm düşünceleri yakalar ve tutar. İçeriği, dünya zihninin kolektif bilinci tarafından yaratılır. Dünyadaki her canlının tüm düşüncelerini, anılarını, fantezilerini ve hayallerini içerir. İçinde, sempatik çekim yasaları veya benzeri benzerleri çeker, bu zihin okyanusunun katmanlaşması na ve katmanlara veya havuzlara yerleşmesine neden olur.
Bu düşünce havuzları na daha yaygın olarak astral planlar, astral dünyalar, astral alt planlar veya astral alemler denir.

Astral boyut astral maddeden oluşur ve yerinde olarak zihin maddesi olarak tanımlanır. Düşünceye son derece duyarlıdır ve herhangi bir şekle veya forma dönüşe türülebilir. Bu yaratımlar gerçeklikten ayırt edilemeyecek kadar mükemmel olabilir.

Bunu, zihinle ilgili şeyleri açıklamanın en iyi yolu, astral madde ile maruz kalmamış, yüksek hızlı fotoğraf filmi arasında bir karşılaştırma yapmaktır. Bu film ışığa maruz kaldığında, kamera merceği tarafından odaklandığında, filmin ışığa verdiği kimyasal tepkimeyle anında gerçekliğin mükemmel bir görüntüsü filme yanıyor. Astral madde düşünceye maruz kaldığında, zihnin merceği yle odaklandığında,

Machine Translated by Google

Astral maddenin düşünceye verdiği tepkiyle, astral zihin maddesinden anında gerçekliğin mükemmel bir görüntüsü oluşur. Astral boyuttaki herhangi bir yaratılışın karmaşıklığı ve dayanıklılığı, büyük ölçüde yaratmayı yapan zihnin gücüne bağlıdır.

rüyalar

Bilinçaltı şu şekilde rüyalar yaratır: Uyku sırasında astral boyuta uyum sağlayarak istediği senaryoyu yaratabilir. Bu, bilinçaltının sorunları çözme ve bilinçli zihinle iletişim kurma şeklidir. Bir dizi karmaşık düşünce formu senaryosu yaratır ve onları katı hale geldikleri astral boyutun zihin maddelerine yansıtır. Bilinçli zihin daha sonra bu yaratılan senaryoları rüya halinde yaşar ve deneyimler. Bir bakıma, bir film perdesine (astral boyut) yansıyan bir film projektörü (bilinçaltı zihin) gibidir.

Düşünce Formları

Gerçek dünyadaki herhangi bir yeni nesne, belirli bir süre boyunca astral boyuta asimile edilir. Bunun bir düşünce formu temsili önce astralin en alt kısmında, fiziksel boyuta yakın bir yerde büyür ve zaman geçtikçe daha kalıcı hale gelir. Tüm düşünce formlarında olduğu gibi, ona ne kadar çok dikkat edilirse o kadar hızlı büyür.

Astral boyutta ne kadar yüksekte veya fizikselden ne kadar uzaktaysa, bildiğimiz şekliyle fiziksel dünyanın düşünce formları o kadar az bulunur.
Fiziksel şeyler, şekillenmeden ve daha yüksek astralde bulunmadan önce çok uzun bir süre içinde ışınlanmaları gerekir.

Hiç karanlıkta garip bir evin etrafında hareket etmeyi denediniz mi? Her şeye çarpıyorsun, değil mi? Ancak buna aşina olduğunuzda, çevrenizin zihinsel bir resmi zihninizde oluşur ve onun etrafında yolunuzu daha iyi bulabilirsiniz. Bu evde ne kadar uzun süre kalırsanız, bu zihinsel resim o kadar güçlenir. Bu, diğer boyutlarda, düşünce formları olarak şeylerin nasıl asimile edildiğine ve büyütüldüğüne benzer.

Astralde düşünce formlarının oluşumu da ters yönde çalışır. Fiziksel bir nesne çok uzun süredir etraftaysa, astralde kalıcı bir düşünce formu izlenimi geliştirmiş olacaktır. Nesne yok edildikten sonra

Machine Translated by Google

ya da kaldı rı lmı ş olsa da, düş ünce formu hâ lâ varlı ğ ı nı sürdürüyor. Örneğ in, astralde, evinizde sahip olmadı ğ ı nı z, kendi mobilyaları nı zla karı ş mı ş mobilyalar bulabilirsiniz. Bunun nedeni, eski eş yaları n çürüyen düş ünce formları nı n, önceki kiracı lara vb. ait olup, orijinalleri gittikten yı llar sonra hala orada olması dı r.

Eski düş ünce formları , hareket ettirildiklerinde fiziksel karş ı lı kları nı takip etmezler. Eskiler yavaş yavaş çürürken, yenileri astralde büyümeye baş lar. Bir ş ey bir yerde ne kadar uzun olursa, düş ünce formu o yerde o kadar güçlü olur. Bu aynı zamanda binalar, yapı lar ve jeolojik özellikler için de geçerlidir. Bir parka projekte edebilir ve kesinlikle orada olmadı ğ ı nı bildiğ iniz bir ev, köprü, dere, tepe vb. bulabilirsiniz. Bunlar geçmiş zamanlarda var olmuş olabilir. Astralde ne kadar yükseğ e çı karsanı z, düş ünce formları o kadar yaş lı dı r veya jeolojik zamanda o kadar gerilerde görünürsünüz.

Bir düş ünce formunun büyüme hı zı , büyük ölçüde ona verilen dikkatin miktarı na bağ lı dı r. Örneğ in ünlü bir tablo; Milyonlarca sevilen, izlenen ve çokça düş ünülen, birinin yatak odası nda ası lı duran ve sadece birkaç kiş i tarafı ndan görülen sı radan bir tablodan çok daha güçlü bir düş ünce formuna sahip olacaktı r. Astralde bulduğ unuz düş ünce formları nı n sayı sı , fiziksel boyuta ne kadar yakı n olduğ unuza da bağ lı dı r. Gerçek zamanlı bir projeksiyonda veya OOBE'de olduğ u gibi çok yakı nsanı z, varsa çok az düş ünce formu bulunacaktı r. Gerçek zamanlı bir OOBE'de tam olarak astral boyutta değ ilsiniz ama astral ve fiziksel boyutlar arası ndaki tampon bölgede astral bir form olarak var oluyorsunuz.

astral görüş

fiziksel bedende 220 derecelik bir görüş e sahibiz, yani sadece önümüzü görebiliriz, aynı anda arkamı zı , yukarı mı zı ve aş ağ ı mı zı göremiyoruz. Astral bedende 360 dereceden FAZLA görüş e sahibiz ve aynı anda her tarafı görebiliriz. Bu Küresel görüş . Projeksiyon sı rası nda alı ş kanlı k, dikkatimizi yalnı zca vizyonumuzun ileri kı smı nı n olduğ unu hissettiğ imiz bir yöne odaklamaya zorlar. Arkası , yukarı sı , aş ağ ı sı , solu ve sağ ı hala oradadı r ve hepsi aynı anda görülür, ancak hepsi aynı anda beyin tarafı ndan özümsenemez. Bu, beynin ömür boyu ön görme alı ş kanlı ğ ı na aykı rı dı r. Küresel görüş , her yöne, yukarı , aş ağ ı , sola, sağ a görebilen çok yönlü devasa bir göz olmak gibidir.

Machine Translated by Google

ön, arka, ama hepsi aynı anda! Astral bedende herhangi bir fiziksel organı nız, yani gözleriniz yoktur. Siz uzayda yüzen fiziksel olmayan bir bilinç noktası sınız. Ayrıca yerçekimi ve diğer fizik yasaları ndan da etkilenmezsiniz. Bu durumda iniş veya çıkış lar, arkalar veya cepheler, sol veya sağ yoktur. Projeksiyon sırası nda bu bakış açısını size zorlamaya çalış an sadece ömür boyu süren bir alış kanlıktır.

Astralde yetkin bir şekilde çalış acaksanız, küresel görüş ü anlamak önemlidir. Bu özellikle, gerçek zamanlı olarak fiziksel boyuta yakın projeksiyon yaptığınızda geçerlidir. Küresel görüş , çoğu zaman bir ayna görüntüsü boyutunda veya gerçekliğin tersine çevrilmiş bir kopyası nda olduğunuzu düş ünmenize neden olur. Bu, örneğin evinizin ters çevrilmiş , öne arkaya görüneceği anlamına gelir.
Bunun nedeni, projeksiyon sırası nda orijinal doğal bakış açınızı kaybetmenizdir. Projeksiyon sırası nda bir noktada yönünüzü şaş ırmış ve normalden farklı bir bakış açısına sahip olmuş sunuzdur, yani hiç düş ünmeden dönmüş veya ters dönmüş veya içe dönmüş sünüzdür. Bu, doğal sol sağınızı , yukarı aş ağı bakış açınızı tersine çevirir. Bu, bilinçaltı zihninizi, bulunduğunuz yeri tersine çevirmeye zorlar, böylece bilinçli zihniniz düzgün bir şekilde çalış abilir.

Astralde fiziksel bir bedeniniz olmadığı için, arkanı za bakmak istiyorsanız arkanızı dönmeniz veya hareket etmeniz gerekmez. Siz sadece bakış açınızı arkaya doğru değiş tirin. Bu, hareket etmeden yapıldığında, ayna görüntüsü efektine neden olur, bir şekilde aynaya bakmak arkayı görmek gibidir.

Bu, bilinçaltının yaratıcı gücünü, görüş ü tersine çevirerek ya da bir kısmını düzeltmek için kullanması na neden olur. Bu daha kolaydır ve bilinçli zihin için, solun ve sağın tersine çevrilmesini denemek ve kabul etmek zorunda kalması ndan daha az soruna neden olur.

Benzer bir etki, uzanıp başınızın üstüne bakarak veya başınızın üzerinde durup eş yaların sol ve sağ tarafları nı seçmeye çalış arak elde edilebilir.
Bu, sağ ve sol algınızda hafif bir karış ıklığa neden olur, yani ters pozisyonunuzdan hangisinin sol ve sağ olduğunu bilinçli olarak hesaplamanız gerekir. Bu hafif kafa karış ıklığı , bilinçaltının kabul etmesi daha kolay bir şey yaratması için kandırmak için gereken tek şeydir.

Beyniniz bu tersine dönüş ü özümseyemez ve böylece size o anda sağ da solda ne hissettiğine göre yeni bir bakış açısı kazandırır. bir kez sen

Machine Translated by Google

bu anormalliğ i bilinçli olarak fark edin, onu tersine çevirmek için çok geç. Beyin bilinçli bir sol ve sağ değ iş ikliğ i kabul edemez.

Yine de küresel görüş ü anlarsanı z ve bir projeksiyon sı rası nda bazen tersine dönerseniz, bu artı k bir sorun değ ildir. Garip bir ayna boyutunda zamanı nı zı boş a harcadı ğ ı nı zı düş ünmek yerine, yani astralde bir ş eyler yapmayı planladı ysanı z, hala yapabilirsiniz. Yapmanı z gereken tek ş ey, çevrenizdeki bina veya yapı dan sol sağ koordinatları nı zı almak ve kendi sol ve sağ algı nı zı tamamen görmezden gelmek.

Astral boyuttayken gördüğ ünüz her ş ey doğ rudan zihin tarafı ndan algı lanı r. Bir projeksiyon sı rası nda bilinçli gerçeklik algı nı zı n tamamı nı , hatta bir kı smı nı bükmek veya tersine çevirmek bilinçaltı için basit bir meseledir.

Not: Bu bakı ş açı sı nı n tersine çevrilmesi, herhangi bir gerçek zamanlı projeksiyon sı rası nda birçok kez gerçekleş ebilir.

Yaratı cı Görselleş tirme Gücü

Bilinçaltı zihin, bilinçli zihinden ÇOK daha fazla görselleş tirme gücüne sahiptir. Bir süper bilgisayarı bir çocuğ un hesap makinesiyle karş ı laş tı rmak gibidir. Astral boyutta, bilinçli zihnin farkı nda olduğ u herhangi bir bilinçli projeksiyon veya lucid rüya sı rası nda, bu fark büyük bir kafa karı ş ı klı ğ ı na neden olabilir. Bilinçaltı zihin, herhangi bir projeksiyon sı rası nda yüzeyin altı nda kaynar. Tüm bu yaratı cı güç dı ş arı çı kmak, yaratmak için patlı yor ve eline geçen her fı rsatta bunu yapacak. Yaratı cı güçteki bu farklı lı k, ömür boyu süren normal ön görme alı ş kanlı ğ ı ile birleş tiğ inde, "Alice Harikalar Diyarı nda Etkisi"nin nedenidir. Açı klamama izin ver....

Bunları birlikte alı n:

1. Bilinçaltı nı n inanı lmaz yaratı cı gücü.

2. Bilinçli zihnin zayı f yaratı cı güçleri.

3. Astral maddenin düş ünceye duyarlı lı ğ ı .

4. Küresel görüş .

Machine Translated by Google

5. Sol, sağ duyu tersleri.

Ve tam bir kafa karışıklığı için bir tarifiniz var.

Alice Harikalar Diyarında Etkisi

Astral bedeninizi yansıtıyorsunuz ve odanıza bakıyorsunuz. Her şey normal görünüyor ama birdenbire kapının yanlış duvarda olduğunu fark ettiniz mi? Etrafınıza bakarken, doğal sol, sağ, beyin bakış açınızı karıştıran arka görüşünüzle bu kapıyı gördünüz. Beyin bunu özümseyemez çünkü sizin önden bakış açınız, mobilyaların, resimlerin, pencerelerin vs. konumu normaldir; ama arkanızdaki manzara ters. Bu, bilinçaltının, olması gerektiğini düşündüğü yerde bir kapı yaratması için kandırır. Bu kapıya baktığınızda, yanlış yerde olduğunu bilseniz de gerçek görünüyor. Bir kez yaratıldığında, yaratılmamış olmayacaktır, çünkü bu bilinçli zihniniz için kabul edilemez olacaktır. Yani masif kapıların normalde gözlerinizin önünde kaybolma alışkanlığı yoktur.

Kapının gerçekten olması gereken yere döndüğünüzde, genellikle oradaki kapıyı normal olarak bulacaksınız. Şimdi, yalnızca bir tane olması gereken yerde iki veya daha fazla kapınız olabilir. Gerçek kapıdan geçerseniz evin geri kalanını da olması gerektiği gibi bulacaksınız, umarım. Ancak, yanlış bir kapıdan geçerseniz, zihin bunun yanlış olduğunu bilir ve muhtemelen orada olamayacağını bildiği evinizin normal bir bölümüne açılmasını kabul etmez. Yani, bu kapıyı açarsan başka bir şey bulacaksın. Genellikle sahip olmadığınız bir koridor veya geçittir, evin sizin de olmayan diğer bölümlerine açılır.

O andan itibaren, bu kapıdan girerseniz, Harikalar Diyarındasınız, burada her şey mümkündür, sadece pek inandırıcı değildir. Aslında yaptığınız şey, kontrolsüz yaratım yoluyla astral boyuta, sahip olmadığınız ama şimdi sahip olduğunuz bu kapıdan girmektir. Bilinçaltı zihin bir kez böyle yaratmaya başladığında bunu geometrik bir hızla yapmaya devam eder. Bilinçli zihnin içinde bulunduğu anormal durumu özümsemesi gerekir. Bir aşamada, bu yaratıcı girdapta, bilinçaltı zihin onu tamamen kaybeder ve astralin diğer bölümlerine uyum sağlamaya başlar. Projeksiyonun bu noktasında, gerçekliğin tüm görüntüsü kaybolur ve siz astral boyuta geçersiniz.

Machine Translated by Google

Bu "Alice" etkisinin bir projeksiyon sırası nda gerçekleş mesinin birçok yolu vardır; yukarı daki örnek sadece bir varyasyondur. Birçok projektör, bir projeksiyon sırası nda bazen onun kontrolünü kaybediyor gibi göründüklerine dikkat çekti. Nesneler görünür, kaybolur ve genellikle her şey biraz garipleş ir. Bu, temel olarak, bilinçaltı nın engin yaratıcı yeteneğinin tetiklenmesinden kaynaklanır. Bir şeyler yapmaya ve bozmaya ve astralin diğer alanları na uyum sağlamaya baş lar ve genellikle zavallı projektör için her şeyi zorlaş tırır.

Yukarı daki problemden kaçınmak için: Projeksiyon yaparken ne yaptığı nı za konsantre olun ve zihninizin dağılması na izin vermeyin. Projeksiyon sırası nda ileri görüş e odaklanı rsanız, yani her seferinde bir yöne odaklanı rsanız, görüntünün tersine çevrilmesi sorunu en aza indirilebilir. Döndüğünüzde, odayı vizyonunuzla takip edin ve bir görünümden diğerine geçmesine izin vermeyin. Ciddi planları nız varsa, astral dinlenmek için iyi bir yer değildir.

Ancak bilinçaltı nın engin yaratıcı gücü kullanı labilir. Nasıl kullanı lacağı nı biliyorsanız, son derece değerli bir araçtır. Bunu yapmanı n yolları nı bu dizinin üçüncü bölümünde, "Sanal Gerçeklik Projeksiyonu" baş lığı altı nda anlatacağım ve burada kendi kiş isel astral aleminizi nasıl özel olarak yaratacağı nı zı anlatacağım.

eriyen eller

Astral bedeni fiziksel dünyaya yakı nlaş tırdığı nızda, böyle bir bedeniniz olmaz. Ancak akıl bunu kabul edemez ve böylece eterik maddeden yapı lmı ş bir düş ünce formu sağlar. Vücudunuza, örneğin ellerinize bakmaya çalı ş ırsanız, çok hı zlı erimeye baş ladı kları nı göreceksiniz. Solgun ve tuhaf görünüyorlar ve birkaç saniye içinde parmakları nız bir el fenerinin altı ndaki buz gibi erimeye baş lı yor. Soluk kütükler halinde kı salırlar, sonra elinizin ve kolunuzun geri kalanı da erimeye baş lar. Bu erime etkisi, yalnı zca kasıtlı olarak bir vücut parçası nı gözlemlemeye ve gözlemlemeye veya bilinçli olarak bir ş ey yaratmaya çalı ş tığı nızda ortaya çı kı yor.

Kasten böyle bir astral vücut parçası nı gözlemlemek, yaratıcı güçleri zayıf olduğu için karmaş ık ş ekilleri çok uzun süre bir arada tutamayan bilinçli zihni kullanır ve erime etkisine neden olan budur. Projeksiyon sırası nda geçerken vücudunuzun bazı kı sı mları nı fark ederseniz, bu erime etkisi görülmeyecektir.

Machine Translated by Google

Oluş turulan Düş ünce Formu Nesneleri

Projeksiyon yaparken nesneler yaratmak iç in bilinç li zihninizi kullanabilirsiniz. Bunları n, düş ünce formunun, yaratı lan nesnelerin süresi, yaratı cı görselleş tirme yeteneğ inizin gücüne bağ lı dı r. Aynı zamanda bir yaratı m iç in ne kadar zaman ve ç aba harcadı ğ ı nı za da bağ lı dı r.

Bu aynı erime fenomeni, astral boyutta yapı lan herhangi bir bilinç li yaratı m ile olur. Örneğ in bir kı lı ç yaratı rsanı z, elinizde hayal ettiğ iniz gibi kı sa bir süreliğ ine belirecek ve sonra tı pkı elin yaptı ğ ı gibi eriyip gidecektir. Eğ er ona konsantre olursanı z, onu formda tutabilirsiniz, ancak konsantrasyonunuz bozulduğ u anda yaratı lı ş da sallanı r. Bu, gerç ek dünyada yaptı ğ ı nı z diğ er görselleş tirmelere benzer. Bu zordur ve görselleş tirmeyi zihninizin gözünde tutmak iç in konsantre olmanı z gerekir. Konsantrasyonunuz bir kez dalgalandı ğ ı nda, görselleş tirilmiş görüntü de öyle. Bu, bilinç li ve bilinç altı nı n yaratı cı güç leri arası ndaki büyük farkı gösterir.

Kalı cı bir düş ünce formu nesnesi yapmak iç in, bilinç altı nı onu sizin iç in yaratması iç in kandı rmanı z gerekir. Bu konuyu serinin ilerleyen bölümlerinde daha derinlemesine ele alacağ ı m.

Projeksiyon Nası l Gerç ekleş ir?

Uyku sı rası nda, eterik beden veya canlı lı k kı lı fı olarak da bilinen enerji bedeni görevlendirilir. Enerji biriktirmek ve depolamak iç in geniş ler ve aç ı lı r. Enerji bedeni, normalde bunu yalnı zca uyku sı rası nda geniş lemiş halde yapabilir. Bir kez geniş lediğ inde, ç akralar eterik madde biç iminde gücü enerji bedenine damlatı r. Bu yeniden ş arj iş lemi sı rası nda astral beden ayrı lı r ve rüyalar yaratabileceğ i ve deneyimleyebileceğ i astral boyuta uyum sağ lar.

Bu ayı rma bilinç li olarak yapı lı rsa veya sonrası nda farkı na varı lı rsa, üzerinde biraz kontrol sahibi olabilirsiniz. Daha sonra bir OOBE, astral projeksiyon veya berrak rüya haline gelir.

OOBE, astral projeksiyon ve berrak rüya arası ndaki temel farklar

ş unlardı r:

Machine Translated by Google

OOBE

OOBE (beden dı ş ı deneyim), fiziksel dünyaya yakı n gerç ek zamanlı bir projeksiyondur. Bu genellikle ölüme yakı n bir deneyimin parç ası olarak ortaya ç ı kar. Bu, bir kiş inin bir tür ciddi travma, yani araba kazası , ameliyat, kalp krizi, ç ocuk doğ umu vb. sonucunda vücudundan ayrı ldı ğ ı yerdir.
OOBE'ciler gerç ek dünyada, gerç ek zamanlı olarak olan ş eylerin farkı ndadı r; fiziksel bedenlerinin etrafı nda veya yakı nı nda odaklanan konuş malar ve olaylar gibi. Ç oğ u durumda, bu olaylar ve konuş malar, vücutları na dönd ükten sonra kiş i tarafı ndan doğ ru bir ş ekilde rapor edilir.

Not: OOBE, gerç ek zamanlı , nesnel yönü nedeniyle astral projeksiyon veya berrak rüyadan biraz farklı dı r. Bu, onu fiziksel dünyaya yakı n tutan büyük miktarda eterik madde iç eren astral bedenden kaynaklanı r.

Gerç ek zamanlı OOBE'nin iki ana nedeni vardı r:

1. Bir kiş inin bedeni ölümün eş iğ indedir veya öyle olduğ unu düş ünür, bu da ölüm sürecine hazı rlı k olarak büyük miktarda eterik maddenin astral bedene kanalize edilmesine neden olur.

2. Kiş inin, benzer bir ş ey yapan, yani eterik maddeyi astral bedene kanalize eden aktif ç akraları vardı r. Aktif ç akralara sahip olmak doğ al bir yetenek olabilir veya eğ itimle geliş tirilebilir.

Not: Ç akralar tarafı ndan yeterince eterik madde üretilirse, bilinç li olarak yansı tabilir ve gerç ek zamanlı bir OOBE'ye sahip olabilirsiniz. Bir OOBE'de gerç eklik nesnel (gerç ek) olarak algı lanı r ve zaman normaldir (gerç ek zaman).

Teknik olarak, bir OOBE'de olduğ u gibi gerç ek zamanlı olarak fiziksel dünyaya yansı ttı ğ ı nı zda, bu gerç ekten fiziksel ve astral boyutlar arası ndaki tampon bölgenin sı nı r alanı na girer. Astral beden yeterince eterik madde iç eriyorsa, realitenin sadece biraz dı ş ı nda var olabilir. Bu, projeksiyonun gerç ek zamanlı olduğ u ve fiziksel boyuta ondan ayı rt edilemeyecek kadar yakı n olduğ u anlamı na gelir. Not: Bunu, gün iç inde gerç ek zamanlı olarak projelendirerek ve yerel bölgemi yol ç alı ş maları , kazalar, olaylar vb. iç in araş tı rarak ve ardı ndan bulguları mı n doğ ruluğ unu teyit ederek birç ok kez kontrol ettim.

Machine Translated by Google

Fiziksel dünyada bilinçli, gerçek zamanlı projeksiyonun, OOBE'nin önünde güçlü doğal engeller vardır. Üretilen ve astral bedene kanalize edilen eterik madde miktarı bunlardan biridir. Herhangi bir gerçek zamanlı projeksiyonun süresini çakra geliştirme ve kontrol derecesi ile sınırlar.

Astral Projeksiyon

Burası, astral bedenin, şeylerin gerçek dünyadan oldukça farklı olduğu astral boyuta yansıtıldığı yerdir. Zaman bozulur ve uzar, yani astralde bir saat, içinde bulunduğunuz astralin hangi parçasına bağlı olarak fiziksel boyutta birkaç dakika gibi olabilir. Gerçeklik akışkan ve değişkendir.

Lucid Rüya

Bu, bir kişinin bir rüya sırasında rüya gördüğünün tamamen farkına vardığı yerdir. Ya olayların akışı üzerinde bir tür bilinçli kontrol alırlar ya da deneyimi bir astral projeksiyona dönüştürürler. Berrak rüya, zaman ve gerçeklik çarpıtıldığı için, bir OOBE'den çok astral bir projeksiyona benzer.

Astral Projeksiyon mu, Lucid Rüya mı?

Birçok astral projektör, bedenlerinden bilinçli bir çıkış yapmadan önce bayılır ve astral boyutta farkındalığa geri döner. Fiziksel bedenden gerçek ayrılıktan sonra farkına varırsınız ve genellikle zaten astral boyuttasınızdır. Bedeninizden bilinçli çıkışı kaçırırsanız, teknik olarak, ayrılıktan sonra farkına vardığınız gibi astral bir projeksiyon değil, berrak bir rüya görüyorsunuz.

Her üç projeksiyon türü de yakından ilişkilidir, yani hepsi fiziksel bedenden ayrılan ve fiziksel bedenden ayrı bir gerçekliği deneyimleyen astral bedeni içerir.

Machine Translated by Google

BÖLÜM 2. BAŞ LANGIÇ_

Başlayan

Fiziksel beden uykuya daldıktan sonra, astral beden her zaman fiziksel dünyaya yansıtır. Enerji bedeni bir kez geniş lediğinde, astral beden serbest halde yüzer ve fiziksel bedenin hemen üzerinde, ancak geniş lemiş enerji bedeninin etki alanıçinde havada asılı kalır. Kordon aktivite aralığı olarak bilinen bu alanda, astral beden, eterik madde alanıçinde olduğu için fiziksel dünyaya yakın tutulur. Bilinçli bir astral projeksiyon sırasında, sanki doğrudan bir astral plana yansıtıyormuş sunuz gibi görünebilir. Ancak, fiziksel boyuta yakın bir astral form olarak var olduğunuzda, başlangıçta her zaman bir araaşama vardır. Bu, herhangi bir projeksiyonun gerçek zamanlı kısmı, projeksiyon anında bayılırsanız kaçırılabilir. Kordon aktivite aralığıçindeki bedenin etrafındaki alan eterik madde ile dolup taşar ve bu alan içinde astral beden gerçek zamanlı olarak fiziksel boyuta yakın tutulur.

eterik madde

Eterik madde, tüm canlılar tarafından basitçe canlı olarak üretilen gerçek yaşam gücü maddesidir. Fiziksel madde ile astral madde arasında, kısmen fiziksel ve kısmen astral olan bir maddedir. Bu eterik maddenin gerçek ağırlığı vardır. Madde ve enerji arasında çok rafine bir maddedir ve daha kaba kuzeni ektoplazmaya benzer. Bu fenomen üzerine bilimsel çalışmalar yapılmıştır. Hastanelerde ölmekte olan insanlar, ölümden kısa bir süre önce yatakları nı hassas terazilere yerleştirdiler ve EEG ve EKG monitörlerine bağladılar. Her durumda, tam ölüm anında, yaklaşık dörtte bir ons'luk ani bir kilo kaybı gözlenir. Bu, fiziksel ölüm anında büyük miktarda eterik maddenin astral bedene aktarılmasından kaynaklanır. Bu, vücudun ölmekte olduğuna inandığı ölüme yakın bir deneyim sırasında eterik maddenin astral bedene ani transferine benzer. Bu ani, yoğun eterik madde transferi, ölüm sürecinin başlangıcıdır.

ektoplazma

Machine Translated by Google

Ektoplazma benzer şekilde incelenmiştir. Materyalizasyon ortamları hassas ölçeklere yerleştirildi ve daha sonra başka bir dizi ince ölçek üzerinde ektoplazma üretmesi istendi. Bu ortamların kaybettiği gözlemlendi.

ağırlık, tartılan ektoplazmanın ağırlık kazanmasıyla tam olarak aynı oranda. Ortam ektoplazmayı yeniden emdiğinde, bu ağırlık transferi tersine döndü.

Ektoplazma çakralar tarafından üretilir. Ortam gövdesinin fiziksel kütlesinin bir kısmını başka bir maddeye, ektoplazmaya dönüştürür.

Boyutlararası Tezahür

Astral beden de dahil olmak üzere herhangi bir fiziksel olmayan veya bedensiz varlık, gerçek zamanlı olarak fiziksel boyuta yakın iş lev görmek için; eterik içermelidir
Önemli olmak.

Eterik madde olmadan, fiziksel olmayan varlıklar kökeni boyutlarına geri dönerler. Eterik madde yalnızca fiziksel dünyanın yaşayan sakinlerinden elde edilebilir.

Enerji akışı

Ünlü "Gümüş Kordon", iki bedeni birbirine bağlamaktan fazlasını yapar. Fiziksel ve süptil bedenler arasında bilgi ve enerji ileten gerçek bir göbek bağıdır. Bazı projektörler tarafından görülür ve diğerleri tarafından görülmez. Bazen göbekten bazen de alından çıktığı görülür. Kordonun çıktığı görülen alan çakra aktivitesine bağlı olabilir. Hangi çakra en güçlü, en aktif ise, süptil bedenlere enerji akışını n kontrolüne sahip olabilir. Göz önünde bulundurulması gereken projektörün inanç sistemi ve bilinçaltının yaratıcı gücü de vardır. Kordon, genellikle, bilinçaltının izniyle, olduğuna inandığınız her yerde görünecektir.

Astral beden astral boyuta girdiğinde, bu boyutla güçlü bir şekilde etkileşime girebilmek için çakralardan iyi bir astral enerji kaynağına sahip olmalıdır. Temiz astral hafıza, büyük ölçüde mevcut enerji miktarına bağlıdır. Astral boyut, astral bedenin doğal alanı olduğundan, enerji eksikliği nedeniyle kaybolmaz. Gerçek dünyada olduğu gibi, bir kişi birkaç gün boyunca yemek yemediyse veya uyumadıysa, başka birine dönüşmez.

Machine Translated by Google

boyut. Sadece zayıflar ve kayıtsız kalırlar ve fiziksel dünya ile güçlü bir şekilde etkileşime girmezler.

İşin özü şudur: Astral zihin, ona güçlü, canlı anılar vermek için yeterli enerjiye sahip olmalıdır. Bu astral anılar, fiziksel beyinde iyi boyutta bir kırışık oluşturacak kadar güçlü olmalıdır, böylece fiziksel zihin, uyandığında onları hatırlayabilir.

Örneğin, birkaç gün uyumamış sanız, yorgun, halsiz olacaksınız ve gerçeklikle etkileşiminiz zayıf ve belirsiz olacaktır. Bu yorgun durumda bir film izlerseniz, onunla ilgili çok az şey hatırlarsınız. Daha sonra, sadece onun parçalarını hatırlayabilirsin ve hafızan belirsiz bir bulanıklık olacak. Eğer ancak bir filmi dinlenmiş, taze ve enerji doluyken görürsünüz, farklıdır. Filmle ilgili her şeyi alıyorsunuz ve keyfini çıkarıyorsunuz. Bununla ilgili hafızanız kristal berraklığında olacak.

Bu, düşük güçlü bir astral yolculuktan sonra olanlara benzer. Astral beden enerjiden yoksundur ve bu nedenle yolculuğuyla ilgili yeterince net izlenimlere sahip değildir. Bu, fiziksel bedene döndüğünde anıları nı baskın hale getirmede başarısız olmasına neden olur. Daha önce de belirttiğim gibi, fiziksel beyinde bir kırışıklığın oluşması ve deneyimin hatırlanması için güçlü, canlı anılar olmalıdır.

Çakraların Kullanımı

Çakraları tamamen geliştirmek ve onları kontrol etmeyi öğrenmek, doğal yeteneğe bağlı olarak uzun yıllar alabilir. Ancak bu, onları çok basit bir şekilde kullanmanızı engellemeyecektir; OOBE'lerinizi ve berrak rüyaları nızı geliştirmek için, gelişiminizin çok erken bir aşamasında. Enerjiyi yükseltmek ve çakraları uyarmak son derece basittir. Bu yükseltilmiş enerji, projeksiyon öncesinde ve sırasında otomatik olarak astral bedeninize akacaktır.

Enerjiyi yükseltmeyi ve çakralardan güç akışını kontrol etmeyi öğrenerek, rüyalarınızın, berrak rüyalarınızın ve OOBE'lerin doğası değişecektir. Canlı ve unutulmaz deneyimler olacaklar. Bu, bir bakıma size zevk alabileceğiniz, öğrenebileceğiniz ve büyüyebileceğiniz zengin deneyimlerle dolu ikinci bir hayat verir.

Daha Yüksek Seviyeler ve Tampon Bölgeleri

Machine Translated by Google

En düşükten en yükseğe kadar bilinen yedi varoluş seviyesi için yaygın olarak kabul edilen isimler şunlardır: Fiziksel, Astral, Zihinsel, Buddhic, Atmic, Anupadaka ve Adi. Bu daha yüksek planlar, yapı olarak astral boyuta benzer, ancak çok daha yüksek bir bilinç düzeyindedir ve ondan tamamen ayrıdır. Farklı seviyeler arasında, bazen alt alt düzlemler olarak adlandırılan ara alanlar veya tampon bölgeler bulunur.

Farklı boyutlar ve onların tampon bölgeleri için iyi bir benzetme Dünya'nın atmosferidir: Eğer Dünya'nın atmosferindeki hava astral boyut olsaydı, stratosfer tampon bölge olurdu ve uzay boşluğu da zihinsel boyut olurdu. Normal bir hava düzleminde/astral bedende Dünya atmosferinde uçabilirsiniz. Sizi stratosfere götürmek için çok güçlü bir jet uçağı gereklidir, ancak uzayda seyahat etmek için bir uzay gemisine/zihinsel bedene ihtiyacınız vardır. Bu, varoluşun bu farklı seviyelerine seyahat etmek için neden farklı bir süptil bedene ihtiyaç duyulduğunu açıklar.

Astral beden, eğer doğru türde enerji içeriyorsa, astral boyutun üstündeki ve altındaki boyutların tampon bölgelerine veya alt planlarına girebilir. Yani (gerçek zamanlı olarak) fiziksel/astral seviyeler arasındaki tampon bölgede var olmak için astral beden eterik enerji içermelidir. Astral/zihinsel seviyeler arasındaki tampon bölgede var olmak için zihinsel enerjiyi içermesi gerekir.

Üst Düzey Projeksiyon

Çakralar üzerinde yeterli kontrolle, bu daha yüksek seviyeler için enerji üretilebilir. Belirli bir tür enerjinin üretimi, bilinci o seviyeye yükseltecek ve ilgili süptil bedene enerji verecektir.
Bu genellikle bilinç yükseltme meditasyonu ve çakralar üzerinde ileri enerji çalışması ile yapılır. Bilinç daha sonra bu varoluş seviyesini deneyimleyebilir. Yeterli enerji mevcutsa ve koşullar uygunsa, meditasyon yapan kişi bu süptil bedeni doğrudan doğal boyutuna yansıtabilir.

Operatörün becerisine ve doğal yeteneğine bağlı olarak, daha yüksek bir bedene enerji verilirse ve yansıtılırsa, genellikle daha düşük olanlardır. Astral beden, içinde diğer tüm süptil bedenleri içerir ve bir projeksiyon sırasında zihinsel bedeni zihinsel boyuta yansıtabilir ve bu şekilde devam edebilir. Bu bazen bir projeksiyondan birden fazla hatıra seti verecektir. bu

Machine Translated by Google

Genel kural, hangi süptil beden en fazla enerjiyi içeriyorsa, en güçlü hatı ralara sahip olacağ ı dı r. Bu baskı n hatı ralar, fiziksel zihin tarafı ndan uyanma durumuna geri döndüğ ünde alı konulan hatı ralar olacaktı r.

Astral boyuttan daha yüksek seviyelere bilinçli olarak yansı tmak yüksek düzeyde beceri gerektirir. Hem bilinç yükseltme hem de çakra kontrolünde yetkin olmanı z gerekir, ancak bu baş arı labilir. Ş imdiye kadar, varoluş un Astral, Zihinsel, Budhic ve Atmik seviyelerine yansı ttı m. Bir insanı n yalnı zca Astral, Zihinsel ve Buddhic seviyelere yansı tması nı n mümkün olduğ una ve daha yüksek Adi ve Anupadaka'ya yansı tması nı n mümkün olmadı ğ ı na yaygı n olarak inanı lı r.

Bu boyutlar isimlendirilmiş ve tanı mlanmı ş tı r, bu yüzden orada birileri olmalı yoksa bilinmezlerdi. Zihnin gerçek doğ ası nı anlarsanı z, sı nı rları n olmadı ğ ı nı anlayacaksı nı z. Bir zamanlar ses bariyerinin asla kı rı lmayacağ ı da söylendi.

BTW: Bu boyutları n üzerinde Astral boyuta hoş geldiniz diyen tabelalar yok, ta...daa! veya "Zihinsel boyut, zihninize dikkat edin!". Bu yüzden, bu kabul edilen isimleri kullanarak bulunduğ um daha yüksek seviyeleri anlatacağ ı m.

Astral Boyut

Bu, Alice'in Harikalar Diyarı 'nda bulduğ u gibi tepetaklak bir dünya. Her ş ey nesnel (gerçek) görünür, ancak değ iş ken ve akı cı dı r. Her ş ey ve her ş ey orada bulunabilir, temelden, cinsel enerjiyle dolu kaba seviyelerden; manevi uyumla dolu güzel, sakin yerlere. Orada zaman bozulur ve uzar. Astral'da bir saat, burada fiziksel olarak sadece birkaç dakika gibi görünebilir. Fiziksel dünyaya kı yasla çok daha yüksek bir titreş imdedir. Onun
yirmi saatin normal hı zı nda bir video kaseti oynatmak gibi, ancak orada olduğ unuzda bu belirgin değ il.

Astral rüya havuzları arası nda hareket etmek, çoğ u projektör için genellikle bir hit ya da özledim olayı dı r. Belirli gerçekliklere planlı astral yolculuklar yapmak çok fazla deneyim gerektirir.

Bu boyutta sonsuz sayı da gerçeklikler, düzlemler, alemler ve rüya havuzları vardı r. Daha önce de belirttiğ im gibi, doğ al olarak katmanlaş ı rlar ve ilgili düş ünce havuzları na yerleş irler. Uyku sı rası nda veya berrak bir rüyada, bilinçaltı zihin

Machine Translated by Google

genellikle özellikle sizin için bir tane yaratır, kendi kişisel rüya tiyatronuz.
Bir rüya sırasında farkında olduğunuzda, onun kontrolünü ele alırsınız. Bu kontrol, güçlü bilinçaltı zihinden alınır. Güçlü kontrol etkisi olmadan, kişisel özel yaratılmış krallığınız değişecektir. Astralin diğer sempatik kısımlarına uyum sağlamaya başlayacaksınız ve içinde bulunduğunuz realite diğer realitelerle karışacak ve farklı şekiller alacaktır.

bakış açıları.

Astral boyuta bilinçli bir projeksiyonda, onun herhangi bir bölümüne uyum sağlayabilir ve farklı gerçekliklere, diğer rüya havuzlarına veya bunların karışımına seyahat edebilirsiniz. Bunun için çeşitli teknikler var ama hepsi bilinçaltını şaşırtmanın, sizi farklı bir Astral realiteye taşıması için onu kandırmanın bir yolunu içeriyor. Bazı projektörler ellerine bakar ve erimelerini izler.
Diğerleri kendi etrafında dönerek sol sağın tersine dönmesine neden olur. Bu yöntemlerin tümü zihnin yönünü şaşırtır ve bilinçaltını astralin başka bir bölümüne uyum sağlamaya kandırır. Seviyeler arasında nasıl hareket edileceğini tarif etmek çok zor, gerçekten yaparak, deneme yanılma yoluyla öğrenmeniz gerekiyor. Bilinçaltını nasıl kullanacağınızı ve kontrol edeceğinizi, belirli bir sonuç için onu nasıl kandıracağınızı öğrenmelisiniz.

Sanal Gerçeklik Projeksiyonu

İşte kendi kişisel alanınızı yaratmak için geliştirdiğim basit, güvenilir bir yöntem: Hoş bir sahnenin, parlak ve güneşli bir şeyin posterini alın. Ne kadar büyük olursa o kadar iyidir, ancak standart poster boyutu işinizi görür. Projeksiyon yapacağınız odanın duvarına veya yakındaki başka bir odaya asın. Küçük bir spot ışığı alın ve ana ışık kapatıldığında posterin vurgulanacağı şekilde ayarlayın, normal yönlü bir baş ucu lambası yeterli olacaktır. Işığı altına veya üstüne yerleştirin, böylece ışık, biraz film ekranı gibi, onu aydınlatan dağınık bir efekt vererek üzerine yayılır. Özel alanınıza girme: Projeksiyon yaptığınızda, zihninizi boş tutarak postere doğru gidin. Ne yaptığınızı düşünmeyin, sadece ona bakın ve ona doğru ilerleyin. Bu şekilde yaklaştığınızda, bilinçaltınız tam olarak posterdeki gibi bir astral alem yaratması için kandırılacaktır. Sadece postere doğru ilerleyin. Başka bir dünyaya adım atmak gibi. Bu dünyadaki her şey tam olarak posterdeki gibi olacak. Normal üç boyutlu bir dünya gibi görünecek, gerçek bir kopyası, gerçeklikten ayırt edilemez.

Machine Translated by Google

Bu dünyayı kişiselleştirmek için: Bu dünyaya girdiğinizde yanınızda bulmak istediğiniz şeylerin veya insanların küçük resimlerini kesip yapıştırın. Postere sadece bütün bir resmi yapıştırmayın. Makas alın ve nesnenin veya kişinin etrafını kesin. Posterle yaklaşık olarak aynı ölçekte olan resimleri bulmaya çalışın. diri veya ölü birinin küçük bir resmini keserseniz, bilinçaltınız onlardan bir düşünce formu kabuğu oluşturacak ve orada sizi bekliyor olacaklardır. Bu, ölenlerle iletişim kurmanın harika bir yolu olabilir.

Ruh İletişimi: (Bir teorim var) bilinçaltı, kişinin bu düşünce formu kabuğunu yaratır.

Bu kabuk, bilinçaltının mükemmel, ayrıntılı hafızasıyla canlandırılabilir. Ama orada, projektör ile bu yaratılan kişi arasında bir aşk varsa, bu ölen kişinin ruhu bu senaryoya çekilecek ve bu fırsatı kendi vücudunun oluşturulan görüntüsünü canlandırarak projektörle iletişim kurmak için kullanacaktır.

Akaşik Kayıtlar

Bunlar astral ve zihinsel dünyalar arasındaki tampon bölgede bulunur, kısmen astral kısmen zihinsel ve bir şekilde tüm seviyelere uzanır. Devasa, sonsuz, zihinsel bir tarih, resimli kitap gibi, şimdiye kadar meydana gelen her düşüncenin ve olayın bir kaydıdır. Akaşik kayıtlar ayrıca geçmiş olaylardan, eylemlerden ve düşüncelerden kaynaklanan ve bunlar tarafından oluşturulan olasılıkları da içerir. Bu geleceğe bakmak gibidir. Kendiniz Akaşik kayıtlardan herhangi bir anlam çıkarmak için, bazı durugörü becerileri kesin bir yardımdır.

Akaşik kayıtlara kendinizi ayarlarsanız, normalde bu olayları etrafında en büyük miktarda enerjiyle görürsünüz. Savaşlar ve afetler bu nedenle görülmesi en kolay olanlardır. Bu olayları çevreleyen enerji, onları diğerlerinden üstün kılıyor ve daha kolay görülebilmelerini sağlıyor. Geleceğe, olasılıklar alanına bakarsanız, gerçek olaylarla karışık, kafa karıştırıcı bir sembolizm girdabına girersiniz.

Bu gelecek sembolizmine, büyük dinlerin inanç sistemleri neden olmaktadır. Dünyada milyonlarca insan binlerce yıldır bir tür kehanete inanmıştır. İster İncil'in "Vahiy Kitabı" olsun, ister

Machine Translated by Google

Nostradamus'un kehanetleri. Bu eski kehanetlerin hepsi sembolizm açı sı ndan zengindir. Bu sembolizm, insanları n gelecek hakkı nda düş ünme ve hayal kurma ş eklini etkiler. Bu sembolizm, Akaş ik kayı tlarda gelecekteki olayları n sembolik temsilleri olarak tezahür eder. Sembolizm büyük bir yardı mdı r, Akaş ik kayı tlara baş vurmayı kolaylaş tı rı r.

Akaş ik sembolizmi bir indeks olarak kullanabilirsiniz. Örneğ in, aş ağ ı daki "Savaş Köpekleri"ne yapı lan atı f, savaş ı temsil ettiğ i iç in kolayca anlaş ı labilir. "Azrail" evrensel bir ölüm ve yı kı m sembolüdür.

Dolayı sı yla, bu tür gelecekteki olaylarla ilgileniyorsanı z, SAVAŞ iç in bu sembolik indeksi ayarlarsı nı z, ardı ndan geç miş ve gelecekteki savaş lar kategorisine göz atı n. Bir miktar kahinlik yeteneğ inin yanı sı ra, tarih, coğ rafya, dini sembolizm, güncel olaylar dünya liderleri ve devlet baş kanları hakkı nda bilgi sahibi olmak büyük bir yardı mdı r; geç miş ve gelecekteki olayları indekslerken.

Örneğ in gelecek vizyonumda aş ağ ı da veriyorum: Aş ağ ı da bir kalabalı ğ a hitap ederken gördüğ üm tanı nmı ş kiş inin Kİ M'i tanı saydı m ve ülkeyi tanı saydı m; Olaydan SONRA bilge olmak yerine gelecekteki olaylar hakkı nda doğ ru bir tahminde bulunabilirdim.

Akaş ik kayı tlar denilen bilinç durumuna girdim. Oradaydı m bir sembolizm yı ğ ı nı ile dolup taş mı ş tı r. Aynı anda dört boyutta görüyordum. Bilinç li zihnim bunu pek iyi özümseyemedi. Savaş lar, kı tlı klar, vebalar, felaketler, depremler, patlayan yanardağ lar, uç ak kazaları , cinayetler vs. gördüm, ç ok kafa karı ş tı rı cı ve iç karartı cı ydı .

Yine de tanı dı ğ ı m ve ayarladı ğ ı m bir sembolizm parç ası gördüm, indeksledim. Savaş Köpeklerini tutan Azrail (ç eş itli peygamberler tarafı ndan tarif edildiğ i gibi) Bu köpekler, kı rmı zı gözleri ve köpek gibi ç eneleri olan korkunç hayvanlardı . Yüz yerine ş eytani bir kafatası olan, orak taş ı yan bu kukuletalı figür tarafı ndan kontrol altı nda tutuldular. Ben izlerken bu köpekleri serbest bı raktı , yaklaş an bir savaş ı simgeliyordu.

Bu sahneyi izlerken, her ş eyin üzerinde yüzüyordum, güneş ı ş ı ğ ı nı hissedebiliyor ve altı mdaki ş ehrin kokusunu alabiliyordum. İ ki dev pala kı lı cı nı n altı nda, yükseltilmiş bir kürsüde duran bir adam gördüm. Binlerce kiş iye karizmatik bir konuş ma yapı yordu. Kı lı ç lardan biri Hristiyan oldu

Machine Translated by Google

Haçlı'nın geniş kılıcı. Adam Saddam Hüseyin'di, olay yeri Bağdat'ta meçhul askerin anıtındaydı. Bunu Körfez savaşı başlamadan altı ay önce gördüm. Körfezde televizyonda yayınlanana kadar Saddam Hüseyin'in KİM OLDUĞUNU veya bu sahnenin NEREDE geçtiğini öğrenmedim.
savaş.

Akaşik kayıtlara bakmak, sonsuz bir zihinsel fotoğraf albümünü karıştırmak gibidir. Geçmişin, şimdinin ve olası geleceğin harika manzaraları ve sesleri ile bombardımana tutuluyorsunuz. Bu düşünce kayıtlarından birini seçmeli, ona uyum sağlamalı ve girmelisiniz. Daha sonra, sanki gerçekten oradaymışsınız gibi kayıt boyunca yaşayacaksınız, olduğu gibi izleyeceksiniz.

Akaşik kayıtlara dalışma, eğer beceriye sahipseniz tek başına yapılabilir, ancak normalde daha yüksek bir varoluş seviyesinden gelişmiş bir varlığın yardımıyla yapılır. Bu, bir tür telepatik rehberli tur olarak yapılır. Muazzam miktarda bilgi ve çöp sizin için filtrelenir ve seçilen kayıt, geçmiş olaylar veya gelecekteki olasılıklar, size, kütüphaneci ile telepatik bir bağlantı yoluyla, durugörüyle sunulur. Bazı insanlar Akaşik Kayıtlara girdiğini ve orada gerçek kitaplarla kütüphane gibi bir şey bulduğunu iddia ediyor. Geçmiş, şimdi ve gelecek bu kitaplarda metin olarak kaydedilmiştir. Hatta bazı insanlar bir plak okudukları, sonra içine girdiklerini ve kaydı ilk elden deneyimlediklerini söylüyorlar. Bütün bu iddialar Akaşik Kayıtlarla tutarlıdır. Bunlar, Akaşik Kayıtların tanıdık, kullanımı kolay ve kabul etmesi kolay bir şey olarak sunulduğu, kütüphaneci destekli rehberli turlardır.

Zihinsel Boyut

Bu muhteşem bir boyut! Titreşen ışığın gökkuşağı kıyıları yla sınırlanan yanardöner ses nehirleri. Düşünceler, ışık ve sesin sürekli değişen desenleri olarak görünür. Parıldayan kristal bir ilham gökyüzünün altında fikir tarlaları nda yürürsünüz. Bu dünyaya girerseniz, onu rasyonelleştirmeye veya anlamaya çalışmayın, yoksa delirebilirsiniz, çünkü bu insan anlayışının ötesindedir.
Sadece hepsini kabul et, akışa devam et ve tadını çıkar!

Bu boyut, inanıyorum ki, eski Vikinglerin Asgard'a ünlü "Gökkuşağı Köprüsü" dediği şeydir. Gerçekten de, sanki bir gökkuşağının üzerinde, Tanrıların kesinlikle yaşaması gereken harika bir dünyaya doğru yürüyormuşsunuz gibi görünüyor ve hissediyor.

Machine Translated by Google

Burada harika bir şaşkınlık içinde var olun. Bu peri harikalar diyarında oynamak için içindeki çocuğu serbest bırakın. Her şey gerçek ve sağlam geliyor. Burada zaman, Astral'dakinden daha da çarpıktır ve gerçeklik kaleydoskopiktir.

Budik Boyut

Bu mutlak barış ve sonsuz sevgi ile dolu sıcak, soyut bir dünya. Saf Beyazın bir boyutudur. Burada her yere yayılan, parlak Beyaz'dan başka bir görüntü veya ses algısı yoktur. Bu boyutta bilinçli düşünce ve bireysellikten çok çabuk vazgeçersiniz. Buraya girdikten sonra uzun süre düşünemezsiniz ve buna ne ihtiyaç ne de istek vardır. Sizi sessiz bir dinginliğe çeken karşı konulmaz bir dürtü var. Sıcak, saf Beyaz pamuklu yüne daldırılmak gibidir. Bu dünyada bir birey olmayı bırakırsın ve BİR'İN PARÇASI olursun. Ayrıca erkek ya da kadın olmaktan çıkarsınız. Bu bir bakıma Anne rahmine dönmek gibidir. Sonsuz sevgi dolu sıcaklık, anlayış, bağışlama ve kefaret tarafından kuşatılmış, özümsenmiş ve özümsenmişsiniz. AT-ONE-MENT.

Burada zamanın bir anlamı kalmadı. Eğer bu dünyaya girersen, onu asla ve asla terk etmek istemeyeceksin, fiziksel bedenin seni çağırıp geri sürükleyene kadar onu terk edemezsin. Burası ruhun şifa, dinlenme yeridir.

Atmik Boyut

Bu boyut, ruh dünyası olarak görünmektedir. Burada ruhlar yeryüzünde geçirdikleri süre boyunca sevdiklerini beklerler. Burası mutlu buluşma yeri. BT ruhların buluşmasının gerçekleştiği yerdir.

Bu dünyadaki ışık en saf, en parlak gümüştür, bir ark kaynakçısının parlamasından daha parlaktır. O kadar parlak ki, bakmak imkansız gibi görünüyor, ama her şeye rağmen, son derece nazik bir ışık, yumuşak ve yatıştırıcı. İlahi aşkın ışığıdır. Buradaki insanlar fiziksel dünyada oldukları gibi görünürler, ama en muhteşem hallerinde. Kendinden geçmiş bir şekilde parlarlar, hayal edilebilecek en parlak aşk, mutluluk ve neşeyle parlarlar. Atmosfer elektrik ve hayatidir, ancak aynı zamanda derinden manevidir. Bu dünyada, her yeri kaplayan somut bir güç olarak Tanrı'nın varlığını HİSSEDEBİLİRSİNİZ.

Buradaki iletişim, bire bir durugörüye benzer, ancak çok daha canlı ve gerçek olan yüksek seviyeli telepatik görüntüleme ile yapılır. Konuşmayı bırakır ve

Machine Translated by Google

düş için düşündüm. Zaman tamamen burada duruyor. Gerçek, normal gerçeklikten daha gerçek ve sağlamdır. Bununla karşılaştırıldığında, fiziksel dünya yarı düş insanlarla dolu belirsiz, yorgun bir rüyadır.

Bu boyuta hayatımda sadece dört kez girdim. Her seferinde en derin bilinç yükseltme meditasyonundan, tüm çakralarım tamamen açık ve tamamen çalışır durumda. Ayrıca aşırı taç çakra aktivitesi vardı.
Bunun hissi, başımın tepesinin tamamını saç çizgisinin üzerinde titreşen ve derinden masaj yapan binlerce parmak gibiydi.

Bu dört olayda enerjim, ruhumu ve bilincimi de beraberinde taşıyarak, içimde imkansız görünen yüksekliklere yükseldi. Bu derin mistik deneyimin zirvesinde, perdede yavaşça yükselen uzun, saf bir müzik notasının sesini duydum. Bu notu varlığımın özünde, kalbimde, beni çağırdığını, beni ona çektiğini hissettim.

Bu nota odaklandım ve ona uyum sağladım. Sahip olduğum her güç ve enerjiyle bilincimi ona odakladım ve ona yansıttım. Fiziksel bedenimi soyup doğrudan bu boyuta yansıttım. Tıpkı ağır bir perdeden başka bir yere ve başka bir dünyaya adım atmak, kaymak gibiydi. Tüm bu deneyim boyunca hala fiziksel bedenimin, dualitemin farkındayım.

Etrafıma merakla bakıyorum, ışık o kadar gümüşi ve parlak ki ruhumun derinliklerinde yanıyor ve onun iyileştirici dokunuşunu içimde hissedebiliyorum. İşte önümde uzun zaman önce ölmüş oğlum. Benden ayrıldığında sekiz yaşındaydı ve onu son gördüğümdeki gibi görünüyordu. Mutlulukla parlıyordu, gözleri parlak ve parlıyordu. Onu kucağıma aldım ve onu görmenin sevinciyle ağladım. Onun ötesine baktım ve beni bekleyen büyük bir insan kalabalığı vardı. Bunlar, hayatım boyunca tanıdığım, sevdiğim ve kaybettiğim arkadaşlarım ve ailemdi. Ayrıca tanımadığım birçok insan vardı. Yine de hepsi çok tanıdık geliyordu ve hepsini sevdiğimi hissettim.
Alkışlıyorlar, bir aşağı bir yukarı zıplıyorlar, beni selamlayarak tezahürat yapıyorlardı. Çok fazla sevinç gözyaşları ve çok sayıda sarılma ve öpüşme vardı.

Onların ötesine baktığımda doğal taştan bir amfi tiyatroda olduğumuzu görüyorum. Zemin düzgün bir kayadır ve birkaç yüz metre ötede bize doğru kıvrılan bir sırta kadar yükselir. Bu sırtın tepesinde Melekler var. Onlar

Machine Translated by Google

Michelangelo'nun onları çizdiği gibi görünüyordu. Büyük Beyaz tüylü kanatları, kıvırcık Altın saçları ve kaymaktaşı derisiyle inanılmaz derecede güzellerdi. Uzun, parıldayan altın boynuzları üfliyorlardı ve onlardan saf yüksek notalar geliyordu.

Kalabalıktan sıyrılarak açık alana doğru yürüdüm. Bu meleklere hayranlıkla bakıyorum ve el sallıyorum. Bunu yaptığımda not ötmeye başladı ve Melekler boynuzları nı indirmeye başladılar. Sessizlik içinde zamansız bir an için duruyorum, etrafıma bakıyorum. Sonra her şey parıldamaya başladı ve kaydım, fiziksel bedenime geri döndüm. Ağladım. Asla geri gelmek istemedim.

Ölüm

Ölüm anında bedeninizi son kez terk ettiğinizde, olacağına inandığım şey şudur:

İlk birkaç gün, eterik madde kaynağınız bitene kadar fiziksel dünyaya yakın gerçek zamanlı olarak projeksiyon yapacaksınız. Sonra ikinci ölümden geçecek ve Astral boyuta gireceksiniz. Orada, istediğiniz her şeye bolca sahip olarak, kendinizi tüm arzulardan arındıracaksınız. Bu, bilinçaltının güçlü yaratıcı yeteneğinden tam olarak yararlanarak yapılır. Burada her türlü ihtiyacınızı ve arzunuzu doyurabilirsiniz, ta ki bu arzuları gerçekte oldukları yanılsamalar için görene kadar.

vardır.

Daha sonra Astral'ınızı (arzu bedeninizi) atacak ve Zihinsel boyuta gireceksiniz. Orada geçmiş yaşamınızı görecek, sahip olduğunuz her düşünceyi ve yaptığınız her eylemi inceleyecek ve ifade edeceksiniz. Orada düşünceleriniz, anılarınız ve deneyimleriniz Akaşik Kayda eklenecek. Bu, fiziksel boyutta tüm insan varlığının kayıtlı deneyimidir. Zihinsel bedeninizi atarak Budik boyuta gireceksiniz.

Orada zamansız şifa, dinlenme, kefaret, bağışlama ve kendini anlama için kalacaksınız. Bu dünyada iç yaralarınız iyileşecek ve ruhunuz ilahi aşkla beslenecek. Ruhun bir kez daha bütün ve mükemmel olacak. O zaman Budik bedeninizi atacak ve Atmik boyuta gireceksiniz. Orada ilahi huzurunda bekleyeceksin

Machine Translated by Google

aş k. Sonra, bir gün, varoluş un bir sonraki düzeyine geç eceksiniz; hayatı n son büyük gizeminin sana açı klanacağ ı yer....

Machine Translated by Google

BÖLÜM 3. PROJEKSİ YON EĞİ Tİ Mİ

Projeksiyon Eğ itimi

Astral bedenin projeksiyonunu tamamen bilinçliyken tetiklemek için dört ana gereksinim vardı r:

1. Uyanı k kalı rken vücudunuzu %100 rahatlatmak.

2. Yaptı ğ ı nı z iş e %100 konsantre olmak.

3. Yeterli enerjiye sahip olmak.

4. Ayrı lması için astral bedene baskı yapmak.

Birlikte, bu dört ş ey bir OOBE'yi tetikleyecektir.

Aş ağ ı da bedeni nası l gevş eteceğ inizi, konsantre olmayı , zihni temizlemeyi, enerjiyi yükseltmeyi, çakraları uyarmayı ve trans durumuna girmeyi öğ retecek egzersizler bulunmaktadı r.

Zihin Gevş emesini Sakinleş tirmek

Tüm vücut gevş eme egzersizini öğ renmeli ve ustalaş malı sı nı z. Zaten bir tane biliyorsanı z, uygun ş ekilde uyarlanabilir. İ ş te çok basit bir tane:

Oturun veya uzanı n ve rahatlayı n. Ayaklardan baş layarak onları gerin ve gevş etin. Tüm vücudunuz derin bir ş ekilde gevş eyene kadar baldı rlar, uyluklar, kalçalar, karı n, göğ üs, kollar, boyun ve yüz ile buna devam edin. Bunu birkaç kez gözden geçirin, kasları nı zı n gevş emiş olduğ undan emin olun.

Not: Derin fiziksel rahatlama, trans durumuna geçmenin anahtarı dı r, yani derin gevş eme, trans durumuna NEDEN OLUR. Bir kez trans halinde olduğ unuzda, astral bedene projeksiyon yapmak nispeten kolaydı r.

tefekkür

Meditasyona baş ladı ğ ı nı zda, devasa bir Bloknot gibi davranan yüzeysel zihninizden gelen düş üncelerle boğ uş acaksı nı z. Mesajları , hatı rlatı cı ları , acil düş ünceleri, çözülmesi gereken sorunları , çözülmemiş sorunları vb. taş ı r.

Machine Translated by Google

sürekli meş gul, ASLA dinlenmez, düş ünceler, düş ünceler, düş ünceler, birbiri ardı na, hepsi dikkat çekmek iç in yaygara koparı r.

Aş ağ ı daki nefes farkı ndalı ğ ı egzersizi ile zihninizi temizlemeye çalı ş madan önce, bu yüzeysel düş ünceler üzerinde tefekkür ederek onlarla baş a çı kmak akı llı ca olacaktı r. Rahatça oturun, gevş eme egzersizi yapı n ve düş ünün, baş ka bir ş ey değ il, sadece düş ünün. Aklı nı zdaki en güç lü düş ünceleri araş tı rı n ve inceleyin, çözmeye ve anlamaya çalı ş ı n.

Ş u kelimeye dikkat edin: Düş ünmek. Tefekkür, zihni temizlemeyi veya görselleş tirmeyi içermez. Bir ş ey hakkı nda derinlemesine ve derinlemesine düş ünmenizi, onun doğası ve sizinle nası l iliş kili olduğ u hakkı nda daha derin bir anlayı ş kazanmanı zı , bir içgörü kazanmanı zı gerektirir.

Nefes Farkı ndalı ğ ı Meditasyonu

Bu basit bir meditasyon ş eklidir. Zihninizi temizleyecek ve
farkı ndalı k.

Oturun veya uzanı n, gözlerinizi kapatı n, gevş eme egzersizini yapı n ve zihninizi boş altı n. Derin ve yavaş nefes alı n ve vücudunuza giren ve çı kan nefese odaklanı n. İ çeri girdiğ ini ve dı ş arı çı ktı ğ ı nı hissedin. Tüm dikkatinizi ciğ erlerinize ve nefes alma sürecine odaklayı n. Bu basit eylem, yüzeysel zihninizi meş gul etmek iç in yeterlidir - Davetsiz misafir düş ünceleri, baş larken, güç toplamadan ve dikkatinizi dağ ı tmadan önce sı kı ca uzaklaş tı rı n.

Nefes farkı ndalı ğ ı yüzeysel zihni iş gal eder ve çok daha derin bir seviyede düş ünmenizi sağ lar.

Yüzey Düş ünceleri

Sesler çok dikkat dağ ı tı cı dı r, yüzeysel düş ünceler üretirler. Bir araba kornası üretecek: "Kim o, ne oluyor?" Bir kapı açı lması ş unu üretecektir: "Kim giriyor veya çı kı yor?" Yüzeysel zihin her zaman etrafı nı zda olup bitenleri çok merak eder. Her ş eyi bilmek istiyor ve etrafı nı zda olup biten her küçük ş ey hakkı nda sizi bilgilendirmek istiyor. Gözlerini açman, ayağ a kalkman ve neler olduğ unu öğ renmen iç in sana baskı yapacak.

Machine Translated by Google

Bunun olması na izin verme. Bu can sı kı cı , dikkat çekici düş ünceleri bir eğ itim yardı mcı sı olarak KULLANIN. Onları ezmeyi ve görmezden gelmeyi öğ renerek, konsantrasyon gücünüz artacaktı r.

Bu can sı kı cı küçük düş ünceleri, kök salmadan ve daha güçlü bir ş eye dönüş meden önce durdurun.

Örneğ in:

"

Kim o, neler oluyor? olur: "Kim .....

"

Kim giriyor, çı kı yor? olur: "Kim kimdir .....

Alı ş tı rma ile bu dikkat dağ ı tı cı düş üncelerin baş langı cı , siz elde edene kadar kı salacaktı r:

Ne....?.....?.....ve "W...?..... "

Ve sonunda:

.....?.....?.....?..... .....

Pek çok insan, normal günlük aktivitelerde etrafları nı saran tüm küçük gürültüler tarafı ndan çok kolay dikkatleri dağ ı ldı kları için zihinlerini temizleyemediklerini söylüyor. Bunları örtbas etmek için müzik veya baş ka sesler KULLANMAYIN, bunları eğ itim için KULLANIN. Bu ağ ı rlı k kaldı rma gibidir, tüy tozları yla çalı ş ı rsanı z gücünüz artmaz. Zihninize gerçek bir kas kazandı rmak istiyorsanı z, bunda zor yoldan ustalaş manı z gerekir.

Yavaş ama emin adı mlarla zihninizi temizleme yeteneğ inde ustalaş acaksı nı z. Bir kez baş ardı ğ ı nı zda, değ erli bir zihinsel araç kazanmı ş olacaksı nı z. Dikkatinizin %100'ünü bir göreve, diğ er her ş eyin TOPLAM dı ş lanması na konsantre edebileceksiniz.

Bazen trans halindeyken, her tarafı mda küçük çocukları n gezindiğ i gürültülü, kalabalı k bir odada baş arı lı bir ş ekilde meditasyon yapı yorum. HİÇBİ R Ş EY konsantrasyonumu bozmuyor.

konsantrasyon

Konsantre olabilmeli ve tamamen yaptı ğ ı nı z ş eye odaklanabilmelisiniz. Konsantrasyon eksikliğ i, projeksiyonun tek ve en büyük nedenidir

Machine Translated by Google

arı za. Gevş eme egzersizinden trans durumuna ve gerçek projeksiyona kadar projeksiyonun her yönünü etkiler.

Konsantre olma yeteneğ inizi test etmek için: Oturun ve rahatlayı n. Gözlerinizi kapatı n ve zihninizi TÜM düş üncelerden arı ndı rı n. Yavaş ve derin nefes alı n ve her nefesin sonunda her nefesi sayı n. Sayma dı ş ı nda, elinizden geldiğ ince uzun süre tamamen BOŞ tutun. Bakalı m bu ş ekilde ne kadar tutabileceksin. Bir düş üncenin araya girdiğ i her seferde kendinize karş ı dürüst olun, yeniden saymaya baş layı n.

Bunu on nefesten daha uzun süre yapabiliyorsan iyi yapı yorsun. Ancak on nefes yeterince uzun değ il. Endiş elenmeyin, bu aş ağ ı daki alı ş tı rmalarla geliş tirilebilir.

Konsantrasyon Egzersizi (1)

Görüntü tutmadan sonra: Rahatlayı n, zihninizi sakinleş tirin ve bir muma veya ı ş ı ğ a bakı n ampul. Bu ı ş ı ğ ı önünüze, birkaç metre uzağ a yerleş tirin ve bir iki dakika boyunca sabit bir ş ekilde ona bakı n. Gözlerinizi kapatı n ve kapalı göz kapakları nı zı n arkası nda oluş acak sonraki görüntüye konsantre olun. Deneyin ve mümkün olduğ unca uzun süre göz önünde bulundurun. Bunu yaparken zihni açı k tutmak için nefes farkı ndalı ğ ı nı kullanı n. Solup gitmek yerine sonraki görüntüyü büyütmeye çalı ş ı n.

Konsantrasyon Egzersizi (2)

Tek noktadan bakma: Duvarda bir nokta seçin ve ona bakı n.

Ona odaklanmayı n, sadece nazikçe bakı n. TÜM düş üncelerden zihninizi temizleyin ve zorla boş tutun. Bunu yaparken HARD, nefes farkı ndalı ğ ı na konsantre olun. Bir düş üncenin baş ladı ğ ı nı hissettiğ inde, onu uzaklaş tı r, bitmesine izin verme! Bunu tutabildiğ in kadar tut. Bunu günde birkaç kez veya daha fazla yapı n.

yapabilirsiniz.

Konsantrasyon Egzersizi (3)

Enerji solunumu: Oturun ve rahatlayı n. Gözlerini kapat ve zihnini boş alt. Nefes farkı ndalı ğ ı egzersizini yapı n ve soluduğ unuz havanı n en sevdiğ iniz rengin parlak renkli enerjisi olduğ unu hayal edin. DIŞ ARI soluduğ unuz havanı n zehirli atı klarla dolu bulanı k bir Gri olduğ unu hayal edin. Bu bir arı nma

Machine Translated by Google

egzersiz yapmak. Çakraları nı zı nefes alı rken enerjiyi emmeye ve nefes verirken negatif enerjiden kurtulmaya teş vik eder.

Not: Bu konsantrasyon egzersizlerini yaparken gergin olmamak iç in elinizden gelenin en iyisini yapı n, TAMAMEN zihinseldir. Baş langı çta, düş ünmesini durdurmak iç in zihninizi gergin bir top haline getirmeniz gerekiyormuş gibi hissedebilirsiniz, ancak zamanla bunun tam tersinin doğ ru olduğ unu göreceksiniz. Buna alı ş ı nca, zihni temizlemek ÇOK rahatlatı cı .

Trans Devleti

Derin bir gevş eme ve zihinsel dinginlik düzeyine eriş tiğ inizde, vücudunuzun çok ama çok ağ ı rlaş maya baş ladı ğ ı nı hissedeceksiniz. Bu ağ ı rlı k, siz transa girerken beyin dalgaları nı zı n Beta seviyesinden Alfa seviyesine değ iş mesinin ana belirtisidir. Trans durumuna derin fiziksel ve zihinsel rahatlama neden olur. Bunda garip veya doğ aüstü bir ş ey yok. Bu sadece bilinç li zihniniz tamamen uyanı kken vücudunuzun uyku durumuna girdiğ i anlamı na gelir.

Transa Nası l Girilir

Gevş eme egzersizini yapı n ve nefes farkı ndalı ğ ı yoluyla zihninizi sakinleş tirin. Karanlı kta bir merdivenden aş ağ ı indiğ inizi hayal edin. Bir merdiveni gözünüzde canlandı rmayı n, sadece bunu yaparken kendinizi hissedebildiğ inizi hayal edin. Nefes verirken, hayali Ellerinizle (aş ağ ı da özetlenmiş tir) merdivenden bir veya iki basamak indiğ inizi hissedin. Nefes alı rken, merdivenin üzerinde hareketsiz durduğ unuzu hissedin. İ htiyaç duyulan ş ey, zihninizin iç inde zihinsel bir düş üş etkisidir. Bu, beyin dalgası aktivitesinin seviyesini uyanı k seviyeden (Beta) uyku seviyesine (Alfa) veya derin uyku seviyesine (Teta) değ iş tirir. Beyin dalgası aktivite seviyeniz Alfa'ya ulaş tı ğ ı nda transa girersiniz. Ne kadar sürerse sürsün bunu yapmaya devam et. Transa girmek iç in geç en süre, derin gevş eme ve zihinsel sakinlik deneyiminize bağ lı olarak değ iş ecektir.

Not: Ağ ı rlı ğ ı hissettiğ inizde zihinsel düş me egzersizini durdurun.

Merdivenden hoş lanmı yorsanı z, bir asansörde olduğ unuzu hayal edin, nefes verirken düş tüğ ünüzü ve nefesinizi tuttuğ unuzu hissedin. Ya da bir tüy olduğ unuzu hayal edin, nefes verirken aş ağ ı doğ ru uç tuğ unuzu ve nefesinizi sabit tuttuğ unuzu hissedin. Yukarı da belirttiğ im gibi beyin seviyenizi düş ürmek iç in mental düş me etkisine ihtiyacı nı z var.

Machine Translated by Google

dalga etkinliği. Bu zihinsel düşüş etkisi, derin bir rahatlama ve zihinsel dinginlik ile birleştiğinde trans durumuna girmenize neden olacaktır.
Bu derinleşme hissini ortaya çıkarmak için aşina olduğunuz herhangi bir senaryoyu kullanmaktan çekinmeyin.

Trans şuna benzer: Her şey daha sessizleşir ve kendinizi çok daha büyük bir yerde hissedersiniz. Vücudunda çok hafif bir uğultu hissi var.
Her şey farklı hissettiriyor. Karanlıkta kafanı za bir karton kutu koymak gibi bir his veriyor, atmosferin değiştiğini hissedebiliyorsunuz. Sanki her şey bulanık ya da biraz bulanık. Trans halindeyken herhangi bir keskin ses, Solar Pleksus'a fiziksel bir darbe gibi gelir.

derin trans

Ulaştığınız trans seviyesi büyük ölçüde gevşemenize, konsantrasyon becerilerinize ve irade gücünüze bağlıdır. Daha derin bir transa, yani Teta düzeyine ve ötesine girmek için, nefes farkındalığınızın desteklediği zihinsel düşme hissine çok daha fazla ve çok daha uzun süre konsantre olmanız gerekir. İlk trans seviyesi, yani çok ağırlaştığınız zaman, yansıtma için yeterince derindir. Trans hali ile bolca deneyime sahip olana kadar, kendinizi hafif bir transtan daha derine zorlamamanızı şiddetle tavsiye ederim.

Derin bir transa girdiğinizi nasıl anlarsınız? Çok belirgin dört semptom vardır:

1. Sürekli vücut ısısı kaybıyla birlikte sizi titretmeyen rahatsız edici bir soğukluk hissi.

2. Zihinsel olarak çok garip hissedeceksiniz ve her şey aşırı derecede slooooow hissedeceksiniz. Sanki güçlü bir ağrı kesici iğne yapılmış gibi düşünce süreçleriniz yavaşlayacaktır.

3. Vücudunuzdan kopmuş hissedeceksiniz, yani güçlü bir uçuş hissi ve her şey çok uzakta görünecek.

4. Toplam fiziksel Felç.

Not: Bu dört şey, HEP BİRLİKTE, derin bir derinliğe girdiğinizi gösterir.
trans.

Machine Translated by Google

Bazen hafif transla, yani astral bedeniniz gevş erken, hafif süzülme hissini karı ş tı rmayı n. Ya da uzun süre hareketsiz oturmaktan kaynaklanan hafif vücut ı sı sı kaybı ve hafif felç, yani derin bir trans için ağ ı rlı k. Derin trans hissi, oldukç a rahatsı z edicidir ve ne olduğ u ile karı ş tı rı lamaz. Derin trans durumuna girmek ç ok zordur, çünkü ç ok geliş miş gevş eme, konsantrasyon ve trans hali becerilerine artı ç ok fazla irade gücü ve zihinsel enerjiye ihtiyacı nı z vardı r. Yanlı ş lı kla içine düş meyeceksin.

Çok derine inmekten endiş eleniyorsanı z, ş unu unutmayı n:

Her an kendinizi ondan çekebilirsiniz. TÜM iradenizi parmakları nı zı veya ayak parmakları nı zı hareket ettirmeye odaklayı n. Bir parmağ ı nı zı veya ayak parmağ ı nı zı hareket ettirebildiğ iniz, ellerinizi esnetebildiğ iniz, kolları nı zı hareket ettirebildiğ iniz, baş ı nı zı sallayabildiğ iniz, yani vücudunuzu canlandı rabildiğ iniz zaman; ve kalkı p birkaç dakika dolaş ı n. Derin bir transa düş mek bu egzersizlerde sorun olmamalı dı r.

Meditasyon grupları nda vb. pek ç ok insanı n hafif bir transa girdiğ ini ve kendisini bu transtan ç ı karamadı ğ ı nı gö rdüm, yani perilerle birlikte uç up gidiyorlar. Genellikle nazik biri onları vazgeç irir veya gerç ekliğ e geri dö nmelerini sağ lamak iç in bileklerine masaj yapar vb. Bu gereksizdir ve orantı sı z eğ itimin, yani konsantrasyon veya irade gücü eğ itiminin olmaması nı n sonucudur. Kiş i sadece geri dö nemeyeceğ ini DÜŞ ÜNÜYOR ve bu nedenle ç ok fazla ç abalamaz. Ayrı ca grubun dikkatini ç ekmenin iyi bir yoludur.

Not: Zihniniz son derece güç lüdür ve kullanı lmayan geniş kaynaklara sahiptir. Eğ er eğ itilir, koş ullandı rı lı r ve uygun ş ekilde motive edilirse, HER Ş EYİ yapabilir, sı nı r tanı maz.

Enerji Gö vde Geniş lemesi

Trans durumuna girdikten sonra bir noktada, üzerinize hafif bir felç geldiğ ini hissedeceksiniz. Yakı nda buna derinleş en bir titreş im ve her yerde uğ ultu hissi eş lik edecek. Ayrı ca kendinizi büyük ve ş iş miş gibi hissedebilirsiniz.
Felç, titreş imler ve devasa his, enerji bedeninin geniş lemesinin ve astral bedenin gevş emesinin belirtileridir. Bu normal uyku sürecinin bir parç ası dı r. Enerji bedeni birikmek iç in geniş ler ve aç ı lı r.

Machine Translated by Google

ve enerji depolar. Bu sı rada, astral beden serbest kalı r, fiziksel beden ile fazı n biraz dı ş ı na çı kar.

Trans Aş inalı ğ ı

Pek çok insan, sı rf trans durumuna alı ş ı k olmadı ğ ı için projeksiyonunu bozar. Astral boyuta kı sa bir süreliğ ine açı lan bir pencere olduğ unu düş ünüyorlar. Bu kesinlikle doğ ru DEĞİ LDİ R. Trans durumuna girdiğ inizde zihinsel ve fiziksel olarak sakin kalı rsanı z, bunu saatlerce koruyabilirsiniz. Meditasyon sı rası nda düzenli olarak bir seferde birkaç saat trans halinde geçiriyorum.

Transa girdiğ inizde, "Evet! Yaptı m!...Transtayı m!
Acele et ve çabucak çı kmalı sı n... durmadan önce!" Onu kesinlikle mahvedeceksin! Trans, basit bir heyecanlanma eylemiyle sona erecek, yani rahatlama ve zihinsel sakinliğ i bozmak. Trans halinde zaman, sadece alı ş mak, denemeden ve yansı tmadan önce.Sadece rahatla, sakin ol, nefes farkı ndalı ğ ı na odaklan ve transa devam et.Sen istediğ ine kadar bitmeyecek.Nası l olduğ una alı ş . hissediyor.

Bunu yaparken rahat olduğ unuzda, aş ağ ı daki enerji yükseltme ve çakra stimülasyon egzersizlerini trans halinde yapı n. Not:

1. Enerji ve çakra çalı ş ması nı öğ renmek için transta olmanı z gerekmez, sadece transta daha iyi çalı ş ı r.

2. Trans uygulaması yatarak yapı labilir, ancak en iyisi rahat bir koltukta yapı lı r.

Astral bedeniniz trans halindeyken gevş eyecektir, bu nedenle astral kolları nı zı ve bacakları nı zı birer birer kaldı rmayı deneyin. Bunu yapmak için bir sonraki bölümde gösterildiğ i gibi ELlerinizi kullanı n. Bir kola odaklanı n ve farkı ndalı ğ ı nı zı Hİ SSEDİ N ve yavaş ça vücudunuzdan kaldı rı n. Bunu yaparken kolunuzda veya bacağ ı nı zda hafif bir gı dı klanma veya bölgesel baş dönmesi hissedebilirsiniz. Astral kolunuzu yukarı kaldı rı n ve gözleriniz kapalı olarak ona bakı n, ancak bir kası nı zı KESİ NLİ KLE hareket ettirmeyin. Bu durumdayken onu kapalı göz kapakları nı zı n arkası ndan görebilmeniz gerekir, ancak göremiyorsanı z endiş elenmeyin, bu daha sonra gelecektir.

Astral kolları nı zı serbest bı rakmak, projeksiyon için iyi bir uygulamadı r. Daha sonra, astral bedeninizi fizikselden kurtarmak için bu astral kolları kullanacaksı nı z.

Machine Translated by Google

dokunsal görüntüleme

Dokunsal görüntüleme, lokalize bedensel farkındalığın bir algısı veya Hissidir.

Elleriniz bedensel farkındalığınızla çok yakından bağlantılıdır. Vücudunuzun her parçasının yakından farkındadırlar. Aşağıda özetlenen Hayali ELLER, bu (elden bedene) farkındalığın yalnızca bir uzantısıdır. Sizden farkındalığınızı bedeninizin herhangi bir yerinde hissetmeniz istendiğinde, elleriniz, gerçek elleriniz, bedeninizin o bölgesine dokunacakmış gibi davranın. Sonra bunun o bölgede yarattığı farkındalığı, hayali ELLERİNİN orada olduğunu hayal etmek için kullan.

Gözlerinizi kapalı tutun ve ellerinizi yüzünüzün bir adım kadar önünde tutun. Konsantre olun, nerede oldukları HİSSEDİN ve kapalı gözlerinizin arkasındaki karanlıkta onları GÖRÜN. Bileklerinizi çaprazlayın, yavaşça hareket ettirin, ellerinizi çevirin, parmaklarınızı açıp kapatın. Dikkatli bakın, konsantre olun, sanki karanlıkta görmeye çalışıyormuş sunuz gibi, ellerinizin ve kollarınızın olduğu yerde, zihninizin gözünde hafif, hareketli bir gölge göreceksiniz.

Gözlerinizi kapatın ve sağ elinizin işaret parmağıyla burnunuzun ucuna dokunun. Gözleriniz kapalıyken o parmağınızı vücudunuzun herhangi bir yerine doğru bir şekilde koyabileceğinizi göreceksiniz. Dene; elini, gerçek elini böyle vücudunun farklı bölgelerine koy. Ellerinizin her zaman tam olarak nerede olduğunu bilirsiniz, nerede oldukları hissedebilir ve hissedebilirsiniz. Bunu yaparken zihninizde neler olduğunu gözlemlerseniz, dokunmaya karar verdiğiniz anda bedeninizin dokunacağınız kısmının farkına vardığınızı fark edeceksiniz.

Vücudunuzun farklı bölgelerinde yarattığı farkındalık hissine alışarak tüm bedeninizi bu şekilde gözden geçirin.

Olan şudur: Elinizi tam noktaya yönlendirmek için, zihninizin bir kısmı dokunacağınız alana geçiyor ve Vurgulanıyor.

Zihniniz farkındalığının bir kısmını bu noktaya kaydırır ve eliniz için bir hedef işaretçisi gibi davranır.

Machine Translated by Google

Farkı ndalı ğ ı nı zı bunun gibi vücudunuzun farklı bölgelerine kaydı rma yeteneğ i, enerji çalı ş ması ve bu yansı tma yöntemi için hayati önem taş ı r.

Not: Bu ELLERİ gerçekten görselleş tirmeniz, yani onları görebildiğ inizi görmeniz veya hayal etmeniz gerekmez. HEPSİ dokunsaldı r, görsel DEĞİ LDİ R. Sadece zihninizde basit bir eylemin provası nı yapı yormuş sunuz gibi, onları n bir ş ey yaptı ğ ı nı Hİ SSEDİ YORmuş gibi yapabilmelisiniz. Bu tekniğ i baş langı çta kör insanlar için geliş tirdim.
Kör insanlar, doğ dukları ndan beri körlerse, Hİ ÇBİ R Ş EKİ LDE görselleş tiremezler, ancak çok keskin bir bedensel farkı ndalı k duygusuna sahiptirler. Gören insanları n çoğ u, herhangi bir türde görselleş tirme konusunda da büyük sorunlar yaş ar ve tüm projeksiyon teknikleri büyük ölçüde görselleş tirmeye bağ lı dı r. Durum böyle olunca, astral bedene ayrı lmak için baskı uygulamak için görselleş tirmeye bağ lı OLMAYAN bir projeksiyon tekniğ i geliş tirdim. Diğ er görselleş tirme tabanlı tekniklerden çok daha kolay ve baş arı lı olduğ u ortaya çı ktı , bu basit dokunsal yöntem lehine onları bir kenara attı m.

Not: Kör insanlar astral formda kör değ ildir. Astral bedende böyle bir organ yoktur; sadece bir bilinç noktası dı r. Projeksiyon yaparken farkı nda olduğ unuz astral beden, bilinç altı nı n yaratı cı yeteneğ i sayesinde sağ lanı r.

Machine Translated by Google

BÖLÜM 4. TEMEL ENERJİ İŞLERİ

Temel Enerji Çalışması (Büyük Çakralar)

Başlıca çakralar şurada bulunur:

1. Taban çakrası (omurganın tabanı, anüs ve cinsel organlar arasında)

2. Dalak çakrası (göbek deliğinin biraz altında)

3. Solar Pleksus çakrası (göbek deliğinin üzerinde 1 el açıklığı)

4. Kalp çakrası (göğüs merkezi)

5. Boğaz çakrası (boğazın tabanı, göğsün birleştiği yerin üstünde)

6. Kaş çakrası (alnın tam merkezi)

7. Taç çakra (başın tamamı saç çizgisinin üzerinde)

Çok daha büyük olan taç çakra dışında, kabaca avucunuzun büyüklüğü olarak hayal edilirler.

Çakralar Nelerdir?

Çakralar, ham sübtil enerjiyi farklı türden daha süptil ve kullanılabilir enerji formlarına dönüştüren fiziksel olmayan organlardır. Çakraların kendileri enerji içermez. Ham enerji, bacaklar ve ayaklardaki küçük çakralar tarafından gezegenden çekilir ve ana çakra sistemine beslenir.

İnce enerji, özünde, evrene nüfuz eden ve onu birbirine bağlayan saf düşünce enerjisidir. Bu canlı enerji alanı, odaklanmış, yaratıcı iradenin uygulanmasıyla daha derinden kullanılabilir. İnsan vücuduna çekilebilir ve çakra sistemi tarafından daha ince ve kullanılabilir bir enerji formuna dönüştürülebilir.

Çakralar, belirli bezler ve sinir gangliyonları aracılığıyla omuriliğe ve sinir sistemine bağlıdır. Tam çakra sistemi son derece karmaşıktır.
İnsan vücudunda 7 büyük ve 300'den fazla küçük çakra vardır. Ayrıca vücudun dışında yer alan birkaç fiziksel olmayan çakra vardır. Detaylı

Machine Translated by Google

Çakra sisteminin haritaları ve onları n bağ lantı meridyenleri ve yolları binlerce yı ldı r
Doğ u mistisizmi ve tı bbı nda kullanı lmı ş tı r.
yani akupunktur. Çakra sistemi istisnası z her psiş ik yetenekte kullanı lı r. Psiş ik yetenek,
geliş im yöntemi veya onu tanı mlamak iç in kullanı lan terminoloji ne olursa olsun; hepsi aynı
ş ekilde, ç akra uyarı mı yoluyla yapı lı r. Önce ç akraları uyarmadan herhangi bir psiş ik
yeteneğ i tezahür ettirmek imkansı zdı r.

Birç ok insan yukarı da bunu inkar edecek ve hiç ç akra, enerji ç alı ş ması
yapmadı kları nı , ancak yine de psiş ik yeteneklere sahip oldukları nı iddia edeceklerdir.
Kendinizi geliş tirmenin birç ok yolu var, hemfikir olun, ancak hepsi doğ rudan veya dolaylı
olarak ç akra sistemini uyarı r. Ve doğ al yeteneğ i unutmayalı m. Birç ok insan doğ al olarak
aktif ç akralarla ve dolayı sı yla doğ al psiş ik yeteneklerle doğ ar.

Medyumlar, fiziksel olmayan bir ruh varlı ğ ı tarafı ndan desteklendiğ inde
psiş ik yetenekler sergileyen insanlardı r. Bu varlı k, ortamla birleş erek ve psiş ik
yetenekler, durugörü, kanallı k, ş ifa, ektoplazma üretimi vb.'nin ortam aracı lı ğ ı yla
tezahür etmesine neden olarak, ortamı n ç akraları nı doğ rudan uyarı r. Bu nedenle onlara
Ortamlar veya kanallar denir, yani bir ruh varlı ğ ı nı n fiziksel dünyayı etkilemesi veya
onunla iletiş im kurması iç in pasif bir araç olma yeteneğ ine sahiptirler.

Psiş ik bir yetenek geliş tirmek ve kullanmak iç in bir ruh varlı ğ ı na ihtiyacı nı z yoktur.
Kendi ç akraları nı zı ve enerjinizi kontrol etmeyi öğ renirseniz, bu ş eyleri hiç bir ruh
varlı ğ ı olmadan ve bu yöntemle ilgili doğ al risk olmadan kendi baş ı nı za yapabilirsiniz.

Enerji Yükseltme

Oturun veya uzanı n, gevş eme egzersizini yapı n ve nefes farkı ndalı ğ ı ile zihninizi
boş altı n. Farkı ndalı ğ ı nı zı ayakları nı za odaklayı n. Enerjiyi ayakları nı zdan
bacakları nı z aracı lı ğ ı yla temel ç akraya ç ekmek iç in ELlerinizi kullanı n. Hayal etmek
enerjiyi tutuyorsun ve onu kendi iç inden yukarı ç ekiyorsun. Tı pkı bu ELLERİ nefes
farkı ndalı ğ ı ve renk soluma ile kullandı ğ ı nı zda, havayı ve enerjiyi ciğ erlerinize
ç ektiğ inizde yaptı ğ ı nı z gibi.

Not: Bunu yaparken ELlerinizin bacakları nı zı n iç inde ve gövdenizin hemen önünde
olduğ unu hayal etmeye ç alı ş ı n.

Machine Translated by Google

Enerji yükseltmeye yardımcı olarak nefes farkındalığını kullanın. Nefes alırken enerjiyi içinizden yukarı çekin ve nefes verirken yerinde tutun. Bunu tekrar tekrar yapın, en az birkaç dakika boyunca enerjiyi Temel çakraya çekerek. Bunu yaparken hiçbir şey hissedebilir veya hissetmeyebilirsiniz. Yapmasanız bile, bu egzersizle hala biraz enerji çekiyorsunuz. Çakralar zamanla ve kullanımla gelişiktikçe, sizin aracılığınızla çekilen enerji miktarı artacaktır. Ayaklardan, bacaklardan taban merkezine kadar, içinden akan enerji için doğal bir yoldur. Bu enerji çakraları nızı harekete geçirecek ve onlar bu temel enerjiyi farklı bir tür enerjiye dönüş türecekler. Bu dönüş türülmüş enerji daha sonra süptil bedenlerinize akacak ve onlara enerji verecektir.

Pratik yaparak, bu enerjinin karıncalanma ve kabarma hissini gerçekten HİSSETECEKSİNİZ. sen.

çakra uyarımı

Çakra açmak: Bunun için hayali ELLERİNİZ kullanılır. Bunu yapmanız istendiğinde bir çakra bölgesinde bir ekmek rulosunu yırtıp açtığınızı hayal edin. Hiçbir şeyi görselleştirmenize gerek yok, sadece bunu yapıyormuş gibi HİSSEDİN, ne yaptığınıza bakmadan gerçek hayatta yapıyormuş sunuz gibi.

Çakralar fiziksel olmayan merkezlerdir, bu yüzden onları uyarmak için fiziksel olmayan bir yönteme ihtiyacınız vardır. Bu, farkındalığınızı bir çakra alanına odaklayarak ve onu manipüle etmek için zihninizi kullanarak elde edilir. Onu uyarmak için bir çakrada lokalize, zihinsel bir açma etkisine ihtiyacınız var; bu yırtıcı açık eylem, hayali ELLERİNİZ ile bunu sağlar. Farkındalık noktanızı bir çakranın bulunduğu bölgeye hareket ettirerek ve ELlerinizle zihinsel bir açılma etkisi yaratarak, doğrudan çakrayı uyarıyorsunuz.

Not: Çakraları uyarmadan önce yukarıdaki gibi enerji yükseltme egzersizi yapın. Aşağıdaki tüm çakra stimülasyon egzersizleri ile enerjiyi her çakraya çekerken ELİNİZE yardımcı olmak için nefes farkındalığını kullanın, yani nefes alırken enerjiyi YUKARI çekin ve nefes verirken TUTUN.

1. Temel çakra: Enerjiyi Temel çakranızı yükseltin. Açmak için ELlerinizi kullanın. Enerjiyi Temel çakraya çekin. Bu ilk adımı yedi kez iyice tekrarlayın.

Machine Translated by Google

2. Dalak çakrası : Ayaklardan, Temel çakradan ve Dalak çakrası na kadar enerji çekin. Dalak çakrası nı açı n. Ayaklardan baş layarak bunu üç kez tekrarlayı n.

3. Solar Pleksus çakrası : Ayaklardan, Taban ve Dalak çakraları ndan ve Solar Pleksus çakrası na kadar enerji çekin. Solar Pleksus çakrası nı açı n. Ayaklardan baş layarak bunu üç kez tekrarlayı n.

4. Kalp çakrası : Ayaklardan, Taban, Dalak ve Solar Pleksus çakraları ndan ve Kalp çakrası na kadar enerji çekin. Kalp çakrası nı açı n. Ayaklardan baş layarak bunu üç kez tekrarlayı n.

5. Boğ az çakrası : Ayaklardan, Taban, Dalak, Solar Pleksus ve kalp çakraları ndan Boğ az çakrası na enerji çekin. boğ azı aç
çakra. Ayaklardan baş layarak bunu üç kez tekrarlayı n.

6. Kaş çakrası : Ayak çakrası ndan Taban, Dalak, Solar Pleksus, Kalp ve Boğ az çakraları ndan enerjiyi yukarı çekin. Kaş çakrası nı açı n. Ayaklardan baş layarak bunu üç kez tekrarlayı n.

7. Taç çakra: Bir önceki adı mda olduğ u gibi Taç çakraya enerji çekin. Taç çakrayı açı n. Bu çakra diğ erlerinden çok daha büyüktür (baş ı n tamamı , saç çizgisinin üstünde). Kafanı zı n üst kı smı nda çok daha büyük, daha düz bir ekmek rulosu olduğ unu ve onu ELlerinizle yı rtı p açtı ğ ı nı zı ya da kafa derinizi yı rtı yormuş sunuz gibi hayal edin. Tüm bu iş lemi ayaklardan baş layarak iki kez tekrarlayı n.

Not: Bu egzersizler sı rası nda hiç bir kası nı zı germemek için elinizden gelenin en iyisini yapı n. Bununla birlikte, çakraları nı zı uyarı rken hafif bir iç kası lma, kaslı DEĞİ L bir his hissedebilirsiniz. Bunlar çakralara bağ lı bezler ve sinir gangliyonları dı r ve uyarı ya tepki olarak büzülürler. Bu iç sözleş me normaldir.

Temel veya Kök çakra, AKTİ Vİ TE EDİ LMESİ İ Çİ N EN ÖNEMLİ OLANDIR. Bu çakra, süptil enerjinin kapı sı dı r. Bu yeterince açı lmadı kça enerji diğ er çakralara akamaz. sana tavsiye ederim
Zamanı nı zı n ve enerjinizin çoğ unu, en azı ndan çakra geliş iminin ilk aş amaları nda, Temel çakranı zı uyarmaya odaklayı n.

Machine Translated by Google

Not: Yıllar önce, enerjiyi yükseltmeye ve çakraları mı geliş tirmeye ilk başladığımda, birkaç ay boyunca HİÇBİR duygu hissetmedim. Yine de birçok insan, bunları ilk kullandıklarında bana güçlü enerji ve çakra hissi bildirdiler. Bazı insanlar diğerlerinden daha doğal çakra aktivitesine sahiptir. Yine de, herhangi bir duyumun olmaması, benim durumumda olduğu gibi, ilk başta hiçbir şey hissetmeseniz bile, onları uyarmanızı ve geliş tirmenizi engellemeyecektir. Enerji çalışmasına ilk başladığımda HİÇBİR doğal çakra faaliyetim veya HİÇBİR doğal psişik yeteneğim yoktu.

Durdur ve Kontrol Et

Enerji yükseltme ve çakra stimülasyon egzersizleri sırasında kaslarınızda herhangi bir gerilme olup olmadığını kontrol edin ve gerektiğinde yeniden gevşeyin. Kaslarınız, enerjiyi sizin aracılığınızla yukarı çekmenin zihinsel eylemine otomatik olarak yanıt vermeye çalışacak. Unutmayın, bu TÜM zihinseldir, vücudunuz baş tan sona sakin ve rahat kalmalıdır.

çakra duyumları

Çakralarınızda hissedeceğiniz duyumlar, içinde meydana gelen aktivitenin derecesine göre değişebilir, yani fiziksel yapınız, doğal yeteneğiniz, konsantrasyon ve gevşeme becerileriniz bunu etkiler. Hafif bir sıcaklık, bölgesel bir basınç veya köpürme (mide rüzgarı gibi), bölgesel baş dönmesi, karıncalanma, hafif bir nabız atışı, daha şiddetli bir zonklama veya yukarıdakilerin bazılarının veya tümünün bir kombinasyonuna kadar değişebilir. Titreme ne kadar ağır olursa, çakra o kadar aktif olur. Elinizi bir çakranın üzerine koyarsanız, aktif olduğunda, etin nabzını gerçekten hissedeceksiniz.

Bazı çakralar aktif oldukları nda başka garip, lokalize hislere neden olabilir:

Temel çakra: Çok hafif bir yanma, karıncalanma veya çok uzun süredir bisiklet sürüyormuş sunuz gibi bir kramp hissedebilirsiniz. Düzgün çalıştığında, çakra bölgesinde bacakların arasında hafif bir nabız veya zonklama hissedeceksiniz.

Solar Pleksus Çakra: Bu bazen nefes darlığı hissine neden olabilir ve bu da hiper-ventilasyona neden olabilir. Çakra stabilize oldukça bu, zamanla ve kullanımla geçecek. Kalp Çakrası: Kalp çakrası, neden olabileceği güçlü ve bazen korkutucu his nedeniyle özel olarak anılmayı hak eder. Ne zaman

Machine Translated by Google

güçlü bir şekilde aktive edildiğinde, kalbinizin imkansız bir hızda çarptığını hissedebilir. BT güçlü bir duyumdur. Bu olduğunda bunu görmezden gelmeye çalışın, size zarar vermez. Kalbinin atması değil, çakranın çalışmasıdır. Bunu söylemenin yapmaktan daha kolay olduğunu biliyorum, görmezden gelmek, ama pratik ve aşinalık ile yapabilirsiniz. Bu yarış, gelişimin ilk aşamalarında daha belirgindir. Bunun alt merkezlerden akan enerji eksikliğinden kaynaklandığını düşünüyorum. Bir bakıma, pompalamak için yeterli sıvı olmadığında bir pompa yarışı gibidir.

Kalp çakrası tam olarak faaliyete geçtiğinde şöyle hisseder: Bir elinizi göğsünüze koyun, parmak uçlarını z ortasında, kalbinizin üzerinde durur. Parmaklarını zı kalbinizle aynı anda göğsünüze vurun. Parmaklarını zın hareket edebileceği kadar hızlı ve sert bir şekilde dokunana kadar bu oranı artırın.

Not: Gerçek kalp atışı hızını z bu yarış hissi ile HIZLANMAZ. Eğer kendinizi bir kalp monitörüne bağlarsanız, kalp atışınızın neredeyse hiç değişmediğini göreceksiniz.

Boğaz Çakrası: İçindeki zonklama, içinde bulunduğu hassas bölge nedeniyle çok hafif bir boğulma hissine neden olabilir. Bu, boğazın dibinde duygusal bir yumru gibi bir şey hissettirir.

Taç Çakra: Tam olarak aktif olduğunda, başın üst kısmının iç kısmına, saç çizgisinin üzerine hafifçe masaj yapan ve alnın ortasına doğru uzanan, bir parçası olan kaş çakrasını da içerecek şekilde, binlerce yumuşak, sıcak parmak gibi hissettirir. BT. Budistlerin ona "Bin Yapraklı Lotus" demelerinin nedeni bu duygudur.

Not: Bazı çakralarda daha güçlü bir his hissedebilir ve diğerlerinde çok az hissedebilir veya hiç hissetmeyebilirsiniz. En az sansasyona sahip en düşüklere konsantre olun. Bu irade çakra sistemindeki enerji akışını dengelemeye yardımcı olur. Dengesizseniz, projeksiyon sırasında aktif olmayan çakralar başarısızlığa neden olabilir, yani vücudunuzu kısmen gevşetebilir ancak aktif olmayan çakra bölgesinde vücudunuza yapışmış olduğunuzu görebilirsiniz. Bu olursa, projeksiyondan önce aktif olmayan çakrayı uyarmaya konsantre olun.

(Ayrıca bkz. Bölüm 8 Enerji Merkezlerinin Kapatılması)

Psişik Yetenekler

Machine Translated by Google

Çakra çalışması na başladıktan sonra, içinizde psişik yeteneklerin gelişmeye başladığını görebilirsiniz. Bu, çakraları uyarmanın doğal bir sonucudur. Bir sonraki serimde, daha ileri enerji çalışmaları üzerine, bu yeteneklerin bazılarının nasıl geliştirileceğini ve kullanılacağını ve Kundalini'nin nasıl yükseltileceğini göstereceğim.

Uygulama

İdeal olarak günlük olarak biraz gevşeme, nefes farkındalığı, konsantrasyon ve zihinsel eller egzersizleri yapılmalıdır. Birkaç dakikanızı ayırdığınız her yerde ve her zaman yapılabilirler.

Hepsi Ne Kadar Sürer?

Pek çok kişi bana "Yansıtmayı öğrenmek ne kadar sürer?" diye sordu. Cevabım şu: Herkesin doğal yetenek ve becerisi farklı seviyelerde olduğu için, ne kadar sürerse sürsün. Birkaç yıldır farklı yöntemler deneyen ama sonuç alamamış insanlardan mektuplar aldım; Bu tekniği ilk denediklerinde dışarı çıkın. Gevşeme veya konsantrasyon becerileri YOK olan diğer insanlar, dışarı çıkmadan önce birkaç aylık eğitime bakıyorlar.

Machine Translated by Google

BÖLÜM 5. ASTRAL İP TEKNİĞİ

astral ip

Yeni projeksiyon tekniklerinin önemli bir bileşeni, tavandan sarkan görünmez, hayali bir İPTİR.

Bu İP, astral bedeninizin fizikselden ayrılmasını zorlamak için tek bir noktada dinamik basınç uygulamak için kullanılacaktır.

İPİ tekniği benzer, ancak daha doğrudan ve dolaysızla uzanıp titreşimleri kendinize çekmek veya kendinizi önünüzde görselleştirmek gibi diğer daha pasif ve dolaylı yöntemlerden daha etkilidir. Eğer yansıtmanın mekaniğini anlıyorsanız, titreşimleri kendinize çekme fikri belli belirsiz mantıksızdır.

Titreşimler bir etkidir ve bir yansıtma nedeni DEĞİLDİR. Astral bedene onu yeterince gevşetmek için yeterli basınç uygulandığında, enerji bedeni genişler ve enerji, enerji bedeninde depolanmak üzere çakra sisteminden akar. Yüzlerce çakradan ve onların bağlantı ağlarından veya meridyenlerden geçen bu enerji akışı, bu titreşimlere NEDEN OLUR. Bu normalde uyku sırasında fark edilmeden olur.

Baskı Yapmak

Daha pasif, dolaylı projeksiyon yöntemleri, astral bedene ayrılmak için bir miktar baskı uygular, ancak geniş bir alan üzerinde. Belirsiz bir şekilde de olsa, hala bilinç noktasını bedenden kaydırı yorlar. Bilinç noktasını dışsallaştıran herhangi bir zihinsel eylem, astral beden üzerinde bir miktar baskı uygulayacaktır.

Kendinizi bir ipe çekme eylemi, güçlü, tek sivri uçlu, doğal bir eylemdir ve yaptığınızı hayal etmek kolaydır. ROPE tekniği, TÜM zihinsel kaynaklarınızı, doğrudan astral bedenin tek bir noktasına yüksek düzeyde baskı uygulayan tek bir güçlü, DİNAMİK eylemde yoğunlaştırır.

Machine Translated by Google

Astral beden üzerinde de baskı uygulayan baş ka, daha incelikli yollar da vardı r. Bunları n birç oğ unun ne oldukları ndan ş üphelenilmiyor. Örneğ in ç oğ u meditasyon egzersizi astral beden üzerinde PASİ F baskı uygular. Bir asansörle aş ağ ı indiğ inizi, düş tüğ ünüzü, bir merdivenden aş ağ ı indiğ inizi veya sadece aş ağ ı doğ ru süzüldüğ ünüzü hayal edebilirsiniz. Teknik ne olursa olsun, beyin aktivitesini azaltmak iç in tasarlanmı ş tı r. Kendiliğ inden kaynaklanan, iç e doğ ru düş me hissi, astral bedene pasif bir baskı uygular, bu da beyin aktivitesinin düş mesine ve zihnin daha derin bir seviyesinin açı ğ a ç ı ktı ğ ı trans durumuna gelmesine neden olur.

İ ç e doğ ru düş me eylemi, geniş bir alanda astral beden üzerinde pasif bir baskı uygulayarak, bilinci bedenin dı ş ı na kaydı rı r, ancak bunun tersi olarak projeksiyon iç in gerekenin, yani genel aş ağ ı doğ ru basıncı n tersi olur.
Bu, bir bakı ma, astral bedeninizi kendi baş ı na fiziksel bedeninizden DÜŞ meye almaya ç alı ş mak gibidir, yani bilinç noktanı z, fiziksel bedenden aş ağ ı ya, DÜŞ meye ç alı ş ı r.

Ç oğ u insanı n yansı tmak iç in yaptı ğ ı ş ey, ya kendilerinin kendi iç lerinde süzüldüğ ünü görselleş tirerek astral beden üzerinde ileri, pasif bir baskı uygulamaktı r ve UMUT, bunu gerç ekleş tirebilirler, yani yansı tma refleksini tetikleyebilirler. Ya da kendilerini bedenlerinin dı ş ı nda görselleş tirmek gibi daha doğ rudan bir yöntem denerler ki bu ç ok, ç ok, zordur. Kabul edelim, insanları n %99'u yer fı stı ğ ı nı ve kendinizi zihinsel olarak bedeninizin DIŞ INDA görselleş tirme eylemini görselleş tiremez ve bilincinizi bu görselleş tirmeye kaydı rmak ç oğ u insan iç in neredeyse imkansı zdı r.
Diğ er popüler yöntem ise titreş imleri kendinize ç ekmeye ç alı ş maktı r.
Bu yöntem, tek bir noktada biraz baskı uyguladı ğ ı iç in ç oğ undan biraz daha etkilidir, ancak yine de dolaylı bir zihinsel eylemdir ve bu nedenle geniş tir.

Yukarı dakilerin tümü ve yansı tmanı n mekaniğ i, yani NASIL olduğ u hakkı nda genel bilgi eksikliğ i, yansı tmayı öğ renen insanlar arası ndaki son derece yüksek baş arı sı zlı k oranı nı aç ı klar.

Astral beden üzerinde geniş bir alan üzerinde pasif baskı yı yeterince uzun süre tutmak, eninde sonunda yansı tma refleksini harekete geç irecektir. Ancak bu uzun zaman alabilir ve zihinsel olarak yorucu olabilir. Son araş tı rmalar sayesinde ç ok etkili olan daha iyi, daha hı zlı ve daha dinamik bir projeksiyon yöntemi geliş tirdim. Ben bu tekniğ e basitç e İ Pİ diyorum. bu bir kullanmak değ il

Machine Translated by Google

projeksiyon için hayali ip çok yeni bir fikir değil, ama mekaniğinin anlaşılması ve bu bilginin İP'e uygulanması.

Bir şeyin nasıl çalıştığını tam olarak anlarsanız, o şeyi daha verimli kullanabilir ve dolayısıyla daha iyi sonuçlar alabilirsiniz.

Yeni İPLE yöntemi, zihinsel kaynakların genel olarak yanlış yönlendirilmesini ve projeksiyon için gereken olağan uzun prosedürlerin neden olduğu kronik zihinsel enerji israfını ortadan kaldırır. ROPE, bir projeksiyona neden olmak için gereken süreyi kısaltır ve mevcut enerjinin kullanımını optimize eder.

Başarılı bir projeksiyon için en önemli bileşenlerden biri uygun şekilde motive olmaktır. Bu motivasyon olmadan başarılı olmak için yeterli zihinsel enerjiye sahip olmayacaksınız ve sonrasında ya uykuya dalacak ya da projeksiyonu unutacaksınız. Bu nedenle, bu kadar göz korkutucu ve zihinsel olarak yorucu bir iş olmaması için hazırlık süresini mümkün olduğunca kısa tutmak önemlidir.

Yeni bir projektörün bolca sahip olduğu bir şey coşkudur. Coşku saf zihinsel enerjidir. İPİ ve NASIL çalıştığını anlaşılması, bu enerji kaynağından yararlanır ve daha iyi kullanılmasını sağlar ve başarı oranını büyük ölçüde artırır.

Halat Hissetmek

Üstünüzdeki tavana bir şerit, ip veya ip uzunluğu sabitleyin. Kolayca uzanıp dokunabilmeniz için kolunuzun ulaşabileceği bir mesafede asılı tutun. Aklında olduğu yere alışana kadar onasık sık uzan ve dokun.
Bu şerit sadece dokunsal bir yardımcıdır. Uzanıp şeride dokunarak, görünmez, hayali İPİN nerede olduğunun uzamsal koordinatlarına alıştınız. Bu, hem zihninizde hem de bir düşünce formu olarak gelişir ve hayali ELLERİNİZLE İPİNE uzandığınızı ve tırmandığınızı hayal etmenizi kolaylaştırır.

Not: İPİ herhangi bir zamanda gerçekten görselleştirmeniz veya görmeniz ZORUNDA DEĞİLDİR, sadece nerede olması gerektiğini bilin. Bu yöntem HİÇBİR görselleştirme kullanmaz.

Machine Translated by Google

Hayali ELLERİ NİZ ile bu görünmez, hayali İPİ çekmek ve çekmek, bedensel farkındalığın neden olduğu bilinç noktasını, astral bedenin bir noktasına doğrudan baskı uygulayan güçlü bir doğal eylemle bedenin dışına kaydırır.

Aktif Çakra

Önemli bir nokta, eğer bazen böyle olan Kalp Çakranızdan ziyade Kaş Çakranızda daha fazla aktivite varsa.
Kollarını zbaşını zın üzerinde 45 derecelik bir açı yapacak şekilde hayali İPİ NİZİN pozisyonunu hareket ettirin. Görsel bir yardımcı olan şerit kullanıyorsanız, bunu göğsünüzden ziyade başınızın üzerinden sarkacak şekilde hareket ettirin.

İpin açısını değiştirmek astral bedeninize uyguladığınız baskı noktasını en aktif çakra bölgesine kaydırır ve daha iyi sonuçlar verir.

Her durumda, ipin açısını sizin için en doğal ve hayal etmesi kolay bir tavırla konumlandırın. Hayali İPİN açısını n ve konumunun doğal hissettirmesi önemlidir. Size uygun gelene kadar bu açıyı deneyin.

Projelendirmeye Hazırmısınız?

Bu dizinin önceki bölümlerindeki tüm alıştırmalar, projeksiyon için gerekli eğitimdir. Bununla birlikte, projeksiyon süreci için kendi başlarına hepsine ihtiyaç duyulmaz. Gerçek projeksiyon sırasında tüm gevşeme, zihinsel sakinleşme, zihinsel düşme, çakra açma ve enerji yükseltme egzersizlerini yaparsanız, zihinsel enerji kaynağınızı kullanabilirsiniz. Bu zihinsel yorgunluğa neden olabilir ve kendinizi tüm önemli çıkışlar için enerji ve iradeden yoksun bulabilirsiniz.

Tüm alıştırmalar projeksiyonun kendisinden ayrı olarak yapılmalıdır. Beden ve zihin üzerindeki kontrolü geliştirmek ve çakralardan enerji akışını artırmak için tasarlanmış eğitim ve geliştirme egzersizleridir. Bu, futbol antrenmanının bir parçası olarak spor salonunda çalışmak gibidir. Bu egzersizleri aslında futbol oynamak için kullanmıyorsunuz; onlar sadece kondisyonunuzu ve gücünüzü geliştirir, böylece etkili bir şekilde futbol oynayabilirsiniz.

Machine Translated by Google

Geliş miş , gerç ek zamanlı bir projeksiyon iç in ç abalamı yorsanı z, eğ itim alı ş tı rmaları nı ayrı olarak yapı n. O halde, gerç ek projeksiyondan önce, tam prosedürü uygulamak ve tüm ç akraları aktive etmek hala gereklidir.

Yansı tmayı öğ renmenin tüm amacı , tamamen bilinç liyken astral bedeninizin fiziksel bedenden ayrı lması nı sağ lamaktı r. Tam bilinç li bir projeksiyonu ne kadar erken alı rsanı z o kadar iyi olur. Aksi takdirde, sonunda her ş eyi ç ok zor olarak bı rakabilirsiniz. Bu nedenle, tüm yeni baş layanları n bilinç li bir projeksiyon elde etmenin en basit, en etkili yoluna konsantre olmaları nı ş iddetle tavsiye ediyorum. Kemerinizin altı nda bazı yansı tma deneyimleriniz olduğ unda, daha geliş miş ve dolayı sı yla daha zor olan yansı tma türlerinden bazı ları nı deneyebilirsiniz.

Antrenman egzersizlerini yaparak vücudunuzu gevş etmeyi, zihninizi boş altmayı ve konsantre olmayı öğ rendiniz. (MBA) (mobil bedensel farkı ndalı k) ve MBA'i nası l kullanacağ ı nı zı , yani vücudunuzun iç inde ve dı ş ı nda belirli görevleri gerç ekleş tirmek iç in hayali ELLERİ NİZİ kullanmaya baş ladı nı z. Ayrı ca, enerji akı ş ı nı z daha güç lü olacak ş ekilde ç akraları nı zı uyandı rmaya ve geliş tirmeye baş ladı nı z ve umarı m, transta olmaya alı ş mak iç in zaman harcadı nı z. Bu beceriler, bedeninizi ve zihninizi yansı tma iç in hazı rladı .

Egzersizler Ne Zaman Yapı lı r?

Alı ş tı rmalar kendi baş ları na projeksiyon sekansı sı rası nda kullanı lmasa da, bilinç li projeksiyon iç in gerekli becerileri ve enerji seviyelerini geliş tirmek iç in düzenli olarak yapı lması gerekir. Gevş eme, konsantrasyon ve zihinsel sakinleş tirici egzersizlerin günlük olarak yapı lması nı öneriyorum. Bu alı ş tı rmalarla hayali ELlerinizi kullanı n. Enerji, ç akra ç alı ş ması ve diğ er egzersizlerin etkili olması iç in haftada en az bir kez yapı lmalı dı r. Bunları daha sı k yapmak istiyorsan, tamam, kendini fazla yorma.

Projeksiyon Sı ranı z

Herkesin farklı beceri ve doğ al yetenek seviyelerine sahip olduğ u iç in evrensel bir projeksiyon dizisi vermek zordur. Bu nedenle daha esnek bir sı ralama veriyorum ve kendi ihtiyaç ları nı za ve beceri seviyenize göre bir projeksiyon yöntemi uyarlamanı zı öneriyorum. Eski "Ne iş e yarar, ne iş e yarar!" sözünü aklı nı zdan ç ı karmayı n. Sizin iç in doğ ru olanı , en kolay ve en etkili olanı bulana kadar sı ralamanı zla oynayı n.

Machine Translated by Google

İ lk olarak, geliş miş , gerç ek zamanlı projeksiyonun tam sı rası .

Tam Sı ra

Gevş eme egzersizlerini iyice yapı n.

1. Nefes farkı ndalı ğ ı ile zihninizi temizleyin.

2. *Zihinsel düş me yöntemini kullanarak transa girin.

3. *Enerjiyi yükseltin ve tüm ç akraları aç ı n.

4. Hayali ip ile kendinizi dı ş arı ç ekin.

Not:

• Adı m 3* ve 4*, uyum sağ lamak iç in değ iş tirilebilir, yani enerji ç alı ş ması nı transa girmeden önce veya sonra yapı n. Enerji ve ç akra ç alı ş ması transta yapı ldı ğ ı nda daha etkilidir, ancak bazı insanlar bu duruma girmekte zorlanı rlar. Önce enerji iş ini yapmak genellikle trans halinin ortaya ç ı kması na yardı mcı olacaktı r.

• Hala transa girmekte güç lük ç ekiyorsanı z, transa geç ene kadar zihinsel düş me egzersizi yerine 3. adı mdaki* İ PLE tı rmanma yöntemini kullanı n. Daha sonra, İ PEK tı rmanı ş ı nı durdurun ve projeksiyona devam etmeden önce enerji ç alı ş ması nı yapı n, yani 3. adı mda* İ Pİ kullanmak bedeninizi trans durumuna zorlamaya yardı mcı olacaktı r.

HALAT Nası l Kullanı lı r

İ yi konsantrasyon gücünüz varsa, bu baş lı baş ı na eksiksiz bir projeksiyon yöntemidir. Yeni baş layanlara daha fazla deneyime sahip olana kadar yalnı zca bu yönteme odaklanmaları nı öneririm. Bu projeksiyon yöntemi size normal bir Astral projeksiyon verecektir. Bu projeksiyonun gerç ek zamanlı süresi, elde ettiğ iniz ç akra geliş im düzeyine ve enerji akı ş ı na bağ lı olacaktı r.

1. Tamamen yerleş ene kadar gevş eme egzersizini baş tan sona yapı n.
Bu sadece birkaç dakika sürer, aş ı rı ya kaç mayı n.

2. Hayali ELLERİ Nİ ZLE uzanı n ve kendinizi ç ekin, elinizi verin, güç lü, görünmez, üzerinizde ası lı olan hayali İ Pİ yukarı kaldı rı n. ELLERİ Nİ ZDE güç lü, kalı n, kaba bir ipin hissini deneyin ve hayal edin.

Machine Translated by Google

Bu İ Pİ hayal etmeye çalı ş mayı n! Bu ipi zifiri karanlı kta uzandı ğ ı nı zı ve tı rmandı ğ ı nı zı hayal etmenizi istiyorum, böylece onu hiç göremezsiniz, sadece nerede olduğ unu bilirsiniz ve hissini hayal edebilirsiniz. Görselleş tirme, astral bedeninize doğ rudan baskı uygulayarak daha iyi kullanı labilecek değ erli zihinsel enerjiyi boş a harcar.

Bunu yaparken içinizde, özellikle üst gövdenizde hafif bir baş dönmesi hissedeceksiniz. Bu, astral beden üzerinde dinamik baskı uygulanması ndan kaynaklanı r. Baş dönmesi hissi astral beden gevş emesinden gelir. Bu baş dönmesi hissi, ipi ne kadar çok çekerseniz o kadar yoğ unlaş acaktı r.

Çok önemli Not:

1. Zihinsel İ Pİ çekme eyleminizin neden olduğ u bu baş dönmesi hissi ve herhangi bir baskı veya vertigo vb. hissi, sizin tarafı nı zdan dikkatle not edilmelidir.
Bu baş dönmesine neden olmak için yaptı ğ ı nı z TAM zihinsel eylemi öğ renin. Bu duyguya neden olmak için zihinsel tı rmanma eyleminizi eğ itmeniz gerekecek. Bu nedenle, bu İ P yöntemini ilk birkaç kez denediğ inizde, bunu yapmak için doğ ru zihinsel eylemi bulmaya odaklanı n. Buna neden olmak için ne yaptı ğ ı nı zı öğ rendiğ inizde ve istediğ iniz zaman yeniden yaratabildiğ inizde, gerçekten bir yere varmaya baş lı yorsunuz.

2. Hİ SSEDİ ĞİNİ Z *tüm* hisleri görmezden gelin

Projeksiyon sı rası nda yoksa dikkatinizi dağ ı tacak, konsantrasyonunuzu bozacak ve projeksiyon şansı nı zı mahvedecektir. İ Pİ NİZİ diğ er her ş eyin TOPLAM dı ş lanması na kadar tek bir tı rmanma eylemine konsantre olun. Sahip olduğ un her ş eyi bu tek eyleme koy, ama gergin olma, hepsi zihinsel olmalı .

3. Tı rmanmaya devam edin, elinizi verin, her zaman yukarı ya doğ ru, ağ ı rlı k hissinin üzerinize geldiğ ini hissedeceksiniz. Astral bedeninize uyguladı ğ ı nı z baskı sizi trans durumuna zorlayacaktı r. Bu olduğ unda bunu görmezden gelin ve yaptı ğ ı nı z ş eye konsantre olun.

4. Tı rmanmaya devam edin, baskı ya tepki olarak çakraları nı zı n açı ldı ğ ı nı hissedeceksiniz, durmayı n.

5. Ardı ndan titreş imlerin baş ladı ğ ı nı hissedeceksiniz, tüm vücudunuz titreş iyormuş gibi görünecek ve kendinizi felçli hissedeceksiniz. Konsantre, kararlı , ipinizi tı rmanmaya ve durmayı n.

Machine Translated by Google

6. Sonra bedeninizden kurtulduğunuzu hissedeceksiniz. Kendinizi vücudunuzdan dışarı çekerken hafifçe vızıldayacaksınız. Bedeninizden hayali İPİNİZ yönünde çıkacak ve bedeninizin üzerinde süzüleceksiniz. Sonunda özgürsün!

Not:

A. Titreşimler başladığında konsantrasyonunuzu bozmanıza *İZİN VERMEYİN. Bunlar, vücudunuzdaki yüzlerce büyük ve küçük çakradan akan enerjinin neden olduğu doğal bir ETKİDİR. Bunun dikkatinizi dağıttığını fark ederseniz, bu sorunun üstesinden gelene kadar konsantrasyon egzersizleri yapmak için daha fazla zaman ve çaba harcayın.

B. Hayali ELlerinizi gevşeme, enerji yükseltme ve çakra çalışması için kullanmada ustalaşmadıysanız, İPİ tırmanmak için bunları kullanmakta zorluk çekebilirsiniz. Bu, bu yöntemi kullanarak yansıtmak için çakraları nızı başarılı bir şekilde açabilmeniz gerektiği anlamına gelmez, yapmazsınız, sadece yardımcı olur.
yapabilirsiniz.

Bu yöntem çok doğrudan. Önemli ölçüde yansıtmak için gereken süreyi kısaltır! İpin üzerinde ciddi bir şekilde çekmeye başladığını zda, transa gireceksiniz, çakraları nız açılacak, titreşimler BAŞLAYACAK ve çok hızlı bir şekilde yansıtacaksınız! Bu yöntemin hızı, ilk denemenizde sizi korkutabilir. Her şey ÇOK hızlı olacakmış gibi görünecek. Yine de buna alışacaksınız ve projeksiyonunuz sırasında kullanmak için bol miktarda zihinsel enerjiye sahip olduğunuzu takdir edeceksiniz.

Konsantrasyon gücünüz iyiyse, derin gevşeme ve trans becerilerinde ustalaşmamış olsanız bile, bu yöntemle kurtulma şansınız diğerlerinden daha yüksektir. Konsantre olma yeteneğinden ayrı olarak ihtiyaç duyulan şey, herhangi bir karşılık gelen kas hareketi olmaksızın güçlü zihinsel eylemler gerçekleştirme becerisidir, yani zihinsel ve fiziksel eylemleri ayırabilmeniz gerekir.

İPLE yönteminin herhangi bir bölümünde sorun yaşıyorsanız, onu analiz edin, sorunlu alanı bulun, sonra geri dönün ve sorunu çözene kadar ilgili eğitim alıştırmalarına konsantre olun.

BİRİLAT Varyasyonu

Machine Translated by Google

Not: Basit İ PLE tekniğ inin iyi bir varyasyonu, egzersizlerin ve enerjinin tamamı nı , önce çakra çalı ş ması nı , ancak gerçek projeksiyondan ayrı olarak yapmaktı r. Tüm sı rayı yapı n, ancak çakraları nı zı 'kapatmayı n'. Kalk ve bir mola ver, rahatı na bak, bir ş eyler iç vs. Sonra taze olarak yatağ ı nı za/koltuğ unuza dönün, birkaç dakika dinlenerek vakit geçirin ve doğ ruca İ Pİ Nİ ZE gidin. Bu, projeksiyon sı rası nda mevcut olan çakra enerjisi miktarı nı artı racaktı r.

HALAT Nası l Çalı ş ı r? Mekaniğ i

ROPE, bugüne kadarki en dinamik projeksiyon yöntemidir ve öğ renildikten sonra hemen hemen her ş eyi yapma ihtiyacı nı geçersiz kı labilir. ROPE'u kullandı ğ ı nı zda gerçekte ne olduğ unun mekaniğ ini biraz daha aç ı klayayı m:

Zihni Temizlemek:

İ Pİ tı rmanmanı n zihinsel eylemi zihni tamamen iş gal eder ve temizler.

Beyin Dalgası Aktivitesi:

Zihni temizlemek ve astral beden üzerinde tek yönlü, dinamik bir baskı uygulamak, beyin dalgası aktivitesinin azalması nı zorlar.

Derin Gevş eme:

Beyin dalgası aktivitesini azaltmak, vücudu derin bir rahatlama seviyesine zorlar.

Trans Durumu:

Fiziksel beden derinden gevş emiş ken ve beyin dalgası aktivitesi düş ük seviyedeyken astral beden üzerinde dinamik baskı uygulamak, zihni ve bedeni trans durumuna ZORLAR.

Çakralar:

Trans halindeyken astral bedene dinamik baskı uygulamak, enerji bedenini geniş lemeye ve çakraları açmaya ZORLAR.

Titreş imler:

Machine Translated by Google

Enerji bedeni geniş lemiş durumdayken ve çakralar açı kken astral bedene dinamik baskı uygulamak, enerjinin vücuttaki 300 küsur çakradan akması na ve titreş im durumuna neden olur.

Ayrı lma:

Enerji bedeni geniş lemiş durumdayken, astral beden üzerinde dinamik baskı uygulamak, astral bedeni fiziksel bedenden ayrı lmaya zorlar.

Not: projeksiyon dizisinin son aş aması olan çı kı ş sı rası nda astral bedene yeterince baskı uygularsanı z, projeksiyon refleksini tamamen geçersiz kı lacaktı r. Bu, fiziksel / astral bedenlerin manuel olarak ayrı lması nı zorlar. Bu ş u anlama gelir: projeksiyon refleksiyle istem dı ş ı vı zı ldayarak, projeksiyonun doruğ unda vücudunuzdan dı ş arı çı kmak ve yatağ ı nı zı n ayakucunda durmak vs. yerine, İ Pİ çektiğ iniz yönde vücudunuzdan çı kacaksı nı z.

Hepsi Ne Kadar Sürer?

Tüm projeksiyon iş lemi on beş dakikadan daha kı sa bir sürede yapı labilir; Beş dakikadan kı sa sürede yapabilirim. Yöntemin hı zı , mevcut TÜM enerjinizi tek bir patlamada kullanmanı za izin verir. İ lk on beş dakika içinde dı ş arı çı kmazsanı z, bu deneme sı rası nda çı kacağ ı nı zdan ş üpheliyim. Bu durumda, ya kalkı n ve biraz ara verin ve daha sonra tekrar gelin ya da biraz uyuyun.

İ Pİ yöntemini kullanmak, kelimenin tam anlamı yla, ilk kullandı ğ ı mda kolaylı ğ ı ve sadeliğ i ile beni ş aş ı rttı . Normal bir astral projeksiyon için normal projeksiyon süremi (soğ uk bir baş langı çtan 20-30 dakika) yaklaş ı k 5 dakikaya kı salttı . Yine de, gerçek zamanlı bir projeksiyon yaptı ğ ı mda tam diziyi kullanı yorum.

Bu sürecin mekaniğ ine iliş kin analizim, kendim İ PLE yöntemini kullanmaktan ve ayrı lı k sı rası nda vücuduma neler olduğ unu dikkatlice gözlemlemekten geliyor. İ lk İ P Projem

ROPE'u uygulanabilir bir teori olarak geliş tirirken ilk kez denediğ imde bir açı klama:

Yatağ ı ma uzandı m, yeni teorimi düş ünüyordum.

Machine Translated by Google

Kör insanları n yapabileceğ i bir projeksiyon tekniğ i üzerinde çalı ş ı yordum. HERHANGİ bir optik görselleş tirme gerektirmeyen bir teknik. Astral bedene baskı uygulamak iç in dokunma duyusunu kullanma fikri aklı ma geldi, dokunsal görüntüleme, çünkü bu duyu kör insanlarda güç lü bir ş ekilde geliş miş tir.

Orada birkaç dakika yatı p kafamda düş ündüm, bu sı rada genellikle rahatladı m ve uykuya hazı r bir ş ekilde yerleş tim. Sonra pratik olup olmadı ğ ı nı görmek iç in denemeye karar verdim.

Not: Her zamanki gevş eme, zihinsel sakinleş me veya çakra enerjisi egzersizlerinin hiç birini yapmadı m. Bu yöntemle astral bedenime baskı uygulayı p uygulayamayacağ ı mı görmek istedim.

Hayali ellerimi uzattı m ve el ele İ Pİ tı rmanmaya baş ladı m. Hemen karnı mda ve gövdemin üst kı smı nda bir vertigo hissi ve kemiklerimde, kolları mda ve bacakları mda gı dı klanma gibi bir baş dönmesi hissi hissettim. Zihnimi kapattı m, tüm düşünceleri durdurdum ve irademi tı rmanma eylemine odakladı m. Astral bedenime uyguladı ğ ı muazzam baskı yı hissedebiliyordum, astral baş ı m ve üst gövdem serbest kalmaya baş lı yor, yarattı ğ ı m baskı çizgisini takip ederek İ Pİ yukarı çı kmaya çalı ş ı yordu.

Hala çekiyordum, beyin dalgaları mı n alfa durumuna düş tüğ ünü hissettim ve transa girerken ağ ı r his üzerime geldi. Çekmeye devam ettim ve trans derinleş ti, vücudum ş imdi felç oldu. Hala çekiyor, çakraları m aç ı ldı ve titreş imler baş ladı . Ş aş ı rdı m; Bunu sadece birkaç dakikadı r yapı yordum! Çekmeye devam ettim ve astral bedenim çok geç meden fizikselden kurtuldu.

Bu, ş imdiye kadar yaptı ğ ı m diğ er projeksiyonlardan tamamen farklı ydı . Yansı tma refleksinin araya girip beni bedenimden dı ş arı yansı tacak zamanı yok gibiydi. Kelimenin tam anlamı yla kendimi özgür bı rakmı ş tı m. Fiziksel bedenimin üzerinde süzüldüm, hala yatakta olduğ umun farkı ndaydı m. Odam oldukça karanlı k olduğ u iç in duvardan geç erek daha fazla ı ş ı ğ ı n olduğ u salona gittim. Aniden garip bir dünyadaydı m. "Neredeyim ben" diye düş ündüm.
Çok loş bir ı ş ı k vardı ve etrafı mda nemli bir sis vardı . Önümde eski moda sazdan çatı lı büyük bir bina vardı . Yanı mda masif, kaba yontulmuş kerestelerden yapı lmı ş eski bir korkuluk vardı . Çite yaslandı m ve her ş eyi düş ündüm. evin önüne baktı m

Machine Translated by Google

ve suyun yansı ması nı gördüm. karş ı tarafı nda bir göl vardı .

ev. Bu bana hiç mantı klı gelmedi ve sı kı lmaya baş ladı m, bu yüzden rüya havuzunda baş ka bir aleme geç meye ç alı ş tı m. Elime baktı m, bu genellikle iş e yarı yor. Beyaz, solgun ve gerç ek dı ş ı görünüyordu, bir kaynak makinesinin altı ndaki beyaz buz gibi hı zla erimeye baş ladı . Parmakları m kı sa sürede kütük oldu ve sonra elim eridi ve kolum onu takip etmeye baş ladı . Yeniden yapmaya ç alı ş tı m. Nası l görünmesi gerektiğ ini zihnimde canlandı rmaya konsantre olduğ umda tekrar büyüdü ama konsantre olmayı bı raktı ğ ı m anda yeniden erimeye baş ladı .

Sonra aklı ma geldi, neden bu sahne bana bu kadar tanı dı k geldi, bir fotoğ rafı n içindeydim! Odamda duvarda ası lı duran büyük bir resmim var, tam olarak duvardan geç meye ç alı ş tı ğ ı m yerde. Bu resimde, sazdan ç atı lı ve ç evresinde kaba yontulmuş ç itli eski bir ev var. Arkası nda bir göl var ve güneş henüz ortalı ğ ı aydı nlatmaya baş ladı ğ ı nda, ş afak vakti. Hiç ş üphem yoktu, resmimin içindeydim.

Bundan bı kmı ş tı m; projeksiyonun tadı nı ç ı karmak veya herhangi bir ş ey yapmak iç in ç ok loş tu. Hala hissedebildiğ im fiziksel bedenime odaklandı m. Ağ zı mı ve gözlerimi hareket ettirmeye konsantre oldum ve bu kı sa sürede beni fiziksel bedenime geri getirdi. Yatakta oturdum ve deneyimin sonuç ları nı kaydederken düş ündüm.

Tekrar yerleş erek İ Pİ tekrar tı rmanmayı denedim. Birkaç dakika içinde tekrar vücudumdan ç ı ktı m. "Bu harika," diye düş ündüm! Bedenimin üzerinde süzüldüm ve odaya baktı m. Orada, duvardaki resim kasvetin içindeydi, tesadüfen girdiğ im resim. Bir daha olur mu diye bakmak iç in tekrar yanı na gittim.

Ben yaklaş tı kç a o daha da büyüdü ve ben de içine küç ülür gibi oldum. Oraya doğ ru ilerlediğ imde, içinden geç mek yerine içine giriyor gibiydim ve yine o loş ı ş ı klı , rutubetli dünyada eski ev ve ç itin içindeydim. Onunla ilgili her ş ey gerç ek gibiydi, ç it ahş ap gibiydi ve hava bile farklı kokuyordu, üzerinde ç iftlik gibi, bataklı k kokusu vardı .

Resmi tekrar bı rakı p bedenime dönerek her ş eyi tekrar defterime yazdı m. Gecenin büyük bir kı smı nda orada yattı m, neler olduğ unu düş ündüm, tüm bunları n ne anlama geldiğ ini, ne olduğ unu düş ündüm.

anlamı na gelen....

Machine Translated by Google

'Sanal Gerçeklik Projeksiyonu' veya (VRP)'yi bu şekilde keşfettim. Bu teknik şu anda emekleme aşaması nda ve özel yapım bir dünya yaratmak için sadece kaba bir yöntem. Bununla birlikte, hataları gidermek için yakın gelecekte onunla biraz daha deney yapmayı planlıyorum.

Hepsini Hatırlamak

Herhangi bir bilinçli OOBE ile ilgili en büyük sorunlardan biri, uyandığınızda her şeyi hatırlamaktır.

İşte bu hatırlamama konusunda yapabilecekleriniz. Uyanır uyanmaz yatakta oturun ve o anıları geri çekin. Otur ve iyice düşün. Bunu yapmak için her sabah birkaç dakika sessiz zaman ayırın. Rüya hafızanızı eğitecek.

Bu sessiz zaman boyunca, bir şeye çarpana kadar anahtar kelimeleri zihninizden geçirin. Şöyle şeyler söyleyin: Saatime baktım ve... Ellerime baktım ve... Yürüyordum... Konuşuyordum... Tam gidiyordum... Bitiriyordum... Uçuyordum... Ben bir... İçeride yдim... Birlikteydim... Bunlar, sizi rüya anınızın bir parçasına kilitleyebileceğiniz bir parça cümleye götürebilecek ifade örnekleridir. Kendinize uygun birkaç ifade daha oluşturun. Aklınızda hatırlanacak hiçbir şey yokmuş gibi gelebilir, ancak çok çalışın ve GERÇEK çaba sarf edin. Oradalar, sadece içeri girip onları bulmanız gerekiyor. Bir bellek parçasına kilitlendiğinde, daha fazlası ve daha fazlası bulunabilir. Bu şekilde ne kadar hatırlayabildiğinize şaşıracaksınız. Bunları hatırlar hatırlamaz yazmanız önemlidir. Bunu gece boyunca birkaç kez yapmanız gerekse bile. O sırada canlı ve unutulmaz görünebilirler, ancak rüya veya astral anılar, kaydetmezseniz genellikle birkaç saniye içinde kaybolur. Sadece birkaç anahtar kelime yazın ve boşlukları daha sonra doldurabilirsiniz. Pratikle, astral hatırlamanız geliştikçe bu yazıdan vazgeçilebilir.

Sıkışmak?

Bazı insanlar projeksiyon sırasında vücutlarının bir kısmına sıkıştıklarını görebilirler. Vücutlarından kurtulabilirler, ancak başlarına veya midelerine sıkıştırılmış kalabilirler. Bu olursa, ipi çekerek çok fazla baskı uygulamak, bazı fiziksel ağrı ve rahatsızlığa neden olur. iki olası nedeni vardır

Machine Translated by Google

şu: Ortada, mide bölgesinde sıkışıp kaldıysanız, diyetle ilgili olabilir, yani projeksiyondan önce ağır bir protein veya et yemeği buna neden olabilir.

Çözüm: Hafif bir yemek yiyin, bolca yiyin, ancak kırmızı et yerine balık veya beyaz et yiyin ve katı, sıvı yağ, kuruyemiş ve peynirden kaçının.

Kafanızı veya başka bir yere takılı kalırsanız, bu muhtemelen bir enerji blokajının nedeni olduğu aktif olmayan bir çakranın işaretidir.

Çözüm: Enerji egzersizleri sırasında bu sıkışmış çakrayı açmaya konsantre olun. Projeksiyon sekansınız sırasında bu olursa, her şeyi durdurun ve o çakrayı açın, transta olacaksınız, böylece daha kolay olacak. Üzerinde biraz çalıştıktan sonra, İPİ tekrar çekmeyi deneyin.

Machine Translated by Google

BÖLÜM 6. HALAT TEKNİĞİ HAKKINDA DAHA FAZLA

Halat hakkında daha fazlası

İP çok etkili bir projeksiyon tekniğidir, ancak yine de etkili olması için öğrenilmesi gerekir. Şimdiye kadar aldığım geri bildirimlerden ilham alarak teknikle ilgili birkaç noktaya değinmek istiyorum.

1. HALAT tekniğinde HİÇBİR görselleştirmeye gerek yoktur. TÜM dokunsal görüntülemedir. Bu, bunu yaparken kendinizi hayal etmeniz gerekmediği anlamına gelir. Yani, İPİNE tırmanmak için doğru zihinsel eylem, tırmanma eylemini zihninizde provada etmektir.

* Bu zihinsel prova - IS - ROPE tekniği *

2. Dişlerinizi *zihinsel olarak* sıkmanız ve hareketle zorlamanız gerekir, yani, sanki gerçekten bir İPİ tırmanıyormuş sunuz gibi, ancak kasları nızın buna katılmasına izin vermeden maksimum zihinsel çaba göstermelisiniz - bu TÜM zihinseldir. Vücudunuzun yanıt vermesine izin verilmemelidir. Ayrıca çok güçlü olduğunuzu, enerji dolu olduğunuzu ve bütün gece bu şekilde tırmanabileceğinizi hissetmeniz gerekir.

3. Tırmanırken zihninizin odağını tutmanın belirli bir yolunun astral bedeninize diğerinden daha fazla baskı uyguladığını göreceksiniz. Bunun ne olduğunu not etmeniz ve nasıl uygulanacağını öğrenmeniz ÇOK önemlidir. Bu, maksimum etki için tırmanma hareketinizi ayarlayacaktır. Eylem için doğru zihinsel odak noktasına geldiğinizde, Solar Pleksusunuzda buna karşılık gelen bir baş dönmesi/düşme hissi hissedeceksiniz.

4. İPİ başarılı bir şekilde kullanmak için DO iT konusunda kesin bir karar vermek son derece önemlidir. Bu taahhüt başarı için ÇOK önemlidir. DO OR Die çabası gereklidir. Bu, tüm zihinsel enerjinizi tek bir amaç için tek bir noktaya odaklar - vücudunuzdan çıkmak.

5. Birçok kişi bana ROPE başarı hikayelerini e-posta ile gönderdi. Her durumda - aniden denemeye karar verdiklerinde İPİ uyguluyorlardı -
GERÇEKTEN YAPMAK İÇİN! Bu başarılı olma taahhüdü fark anlamına gelir

-OOBE'den gerçekten çıkmak ve çeşitli seviyelerde deneyimlemek arasında

Machine Translated by Google

İ PLE kaynaklı gevş eme, trans, felç, çakra aktivitesi vb. İ P kaynaklı OOBE'nin baş arı sı için bu bağ lı lı ğ ı n önemini ne kadar vurgulasam azdı r.

6. İ Pİ kullanı rken, TÜM fiziksel duyumları VE DUYDUĞUNUZ TÜM GÜRÜLTÜLERİ TAMAMLAYIN. Bir duyuma herhangi bir şekilde tepki verirseniz, zihinsel enerjinizin odağ ı nı kaybedersiniz ve çabanı zı önemli ölçüde sulandı rı rsı nı z.

Bölüm 3 ve 4'teki tüm enerji/çakra çalı ş maları ve diğ er egzersizler, vücudunuzdaki enerji akı ş ı nı teş vik etmek ve konsantrasyonu, irade gücünü ve zihinsel kontrolü artı rmak için tasarlanmı ş tı r. Bir projeksiyon sı rası nda enerji akı ş ı nı artı rarak ve zihninizi daha iyi kontrol ederek, gerçek zamanlı süreniz artar. Ayrı ca çı kmak daha kolaydı r. Tüm egzersizleri tamamen atlayabilir ve sadece İ Pİ öğ renmeye odaklanabilirsiniz. Herkesin farklı seviyelerde beceri, doğ al yetenek ve enerji akı ş ı vardı r. Bazı insanlar OOBE yapmak için çok fazla eğ itime ihtiyaç duyar, diğ erleri gerekmez. Bazı insanlar İ Pİ idman etmektense YAPARAK öğ renmeyi tercih edeceklerdir. Amacı nı z herhangi bir türde bilinçli bir OOBE'ye sahip olmaksa, aş ağ ı daki basit ROPE kullanı mı en iyi seçeneğ inizdir.

İ pin Basit Kullanı mı

Bazı insanlar İ Pİ N çok karmaş ı k olduğ u izlenimine sahiptir. Bunun nedeni muhtemelen mekanik hakkı nda verdiğ im ayrı ntı lı açı klamaydı .
İ P PARÇASI

5, yani NASIL çalı ş ı r.

İ P, bugüne kadarki en basit projeksiyon tekniğ idir. ROPE'u en basit haliyle kullanmak için gereken tek ş ey ş u iki adı mdı r:

1. Yatağ a gidin veya sandalyenize oturun, rahatlayı n ve normalde uyumadan önce yaptı ğ ı nı z gibi oturun.

2. İ Pİ tı rmanmaya baş layı n.

* ROPE'un basit kullanı mı bu kadar *

Zaman alı cı egzersizler veya karmaş ı k gevş eme egzersizleri olmadı ğ ı ndan, İ Pİ N basit kullanı mı nı n birçok avantajı vardı r. İ zin veriyor

Machine Translated by Google

tüm zihinsel kaynakları nı zı buna odaklamalı sı nı z. Çoğ u durumda, size ilk bilinçli OOBE'nizi vermek için gereken tek ş ey budur.

İ Pİ N basit kullanı mı daha az karmaş ı k olduğ u için, denemek için en iyi zamanlardan biri olan yorgun olsanı z bile kendinizi daha sı k projeksiyon yapmaya çalı ş ı rken bulacaksı nı z - ve karmaş ı k hiç bir ş eyle uğ raş mayacaksı nı z. Projeksiyon denemelerinizin artan sı klı ğ ı , size İ PLE ile daha fazla pratik yapma olanağ ı tanı r ve bu nedenle teknikte daha erken ustalaş ı lı r.

Lucid Rüya Yedekleme

Enerji/çakra eğ itimi egzersizlerini yapan insanlardan canlı rüyalar ve yüksek berrak rüya aktivitesi (LD) hakkı nda çok sayı da rapor aldı m. Bu tesadüf olamayacak kadar sı k oluyor.

Enerji/çakra çalı ş ması , enerji bedenine akan enerji seviyesini arttı rı r ve rüya ve OOBE durumunun farkı ndalı ğ ı nı ve hafı zası nı yükseltir. Tüm bu enerjiyi kontrolsüz rüyalara harcamak utanç verici, bu yüzden LD'nin ikincil bir hedef olarak kullanı lması nı öneriyorum. Bu size daha önce LD biçiminde OOBE deneyimi sunacak ve bilinçli çı kı ş ı nası l yapacağ ı nı zı öğ renene kadar ilginizi yüksek tutmanı za yardı mcı olacaktı r.

Berrak rüya

Rüyada Lucid olmak için, rüya gördüğ ünüzde farkı na varmak için, onu kontrol altı na almak, yani berrak olmak için kendinizi bir tetikleyici ile programlamanı z gerekir. Bunu yapmanı n en iyi yolu, günlük yaş amı nı zda sı k sı k gerçeklik kontrolü yapma alı ş kanlı ğ ı edinmektir.

Gerçeklik Kontrolü

Gerçeklik kontrolü, yaptı ğ ı nı z ş eyi durdurduğ unuzda ve durumunuzun gerçeklik seviyesini kontrol ettiğ inizde gerçekleş ir. Bunu yapmak basit. Her gerçeklik kontrolü yaptı ğ ı nı zda. Kendine sor:

1. Bu normal bir durum mu, bunda bir tuhaflı k var mı ?

2. Uçabilir miyim? Havada süzülmeyi deneyin.

3. Gözlerinizi kapatmayı deneyin. Bu, astral formda gözlerinizi kapatamayacağ ı nı z için ödü bir hediyedir.

Machine Translated by Google

Not: Bu gerçeklik kontrolünün etkili olması için alışkanlık haline gelmesi gerekir.

Bir rüya sırasında gerçeklik kontrolü yaptığınızda, rüya gördüğünüzü fark edeceksiniz ve onu kontrol altına alabilirsiniz. O zaman kendinize her şeyi hatırlayacağınızı onaylamanız önemlidir. "yapacağım Kendine defalarca söyle, uyandığımda bunu hatırla."

LD Tetikleyici

Gerçeklik kontrollerinde başarının anahtarı, bunun için iyi bir tetikleyiciye sahip olmaktır. Bu normalde günde birçok kez yapacağınız bir şey olmalıdır. Bu, herhangi bir alışılmış eylem olabilir, ancak işte birkaç fikir:

1. Zaman: Saatinize her baktığınızda bir gerçeklik kontrolü yapın. Elektronik saat iyi bir yardımcıdır. Zamanlayıcıyı saat başı bip sesi çıkaracak şekilde ayarlayın. Bip sesi geldiğinde bir gerçeklik kontrolü yapın.

* Saat başı bip sesi çıkaran bir kol saati en etkili olanıdır.

2. Eller: Ellerinizi her fark ettiğinizde bir gerçeklik kontrolü yapın.

3. Sigara içmek: Eğer sigara içiyorsanız, her sigara içtiğinizde bir gerçeklik kontrolü yapın. Sigara içme alışkanlığınız varsa, genellikle bir rüya sırasında kendinizi bir sigaraya uzanırken bulacaksınız.

Not: Tetikleyicinizi alışılmış hale getirmek zaman alır, genellikle birkaç hafta. Ayrıca, uyumadan önce birkaç olumlama yapmanız yardımcı olur, örneğin, "Saatime bakmayı hatırlayacağım"

Bir rüyanın farkına vardığında, LD, zaten ortak bir rüya havuzunda olmalısın. Bunu gerçek zamanlı bir projeksiyona dönüştürmeyi denemek istiyorsanız, fiziksel bedeninizin farkına varmaya çalışın. Onu hissedebiliyorsanız, yakındaki bir zaman konumuna geri dönebilirsiniz. Ancak bu zordur ve deneyimi tamamen sonlandırabilir, yani uyanık duruma geri dönmeye zorlayabilir. LD'yi olduğu gibi sevmenizi öneririm. Ortak rüya havuzları çok renkli yerlerdir ve genellikle çok eğlencelidir. Orada her türlü tuhaf ve harika şeyi görecek ve her türlü maceraya yaşayacaksınız.

Not: LD hafızanızı geliştirmek için LD sırasında kendinize sürekli hatırlatmayı unutmayın, hepsini hatırlayın.

Machine Translated by Google

Reality Konumunuzu Değ iş tirme

İ çinde bulunduğ unuz rüya havuzundan hoş lanmı yorsanı z veya gerçek zamanlı OOBE'deyseniz ve bir rüya havuzuna girmek istiyorsanı z, bunu yapmanı n birkaç yolu vardı r:

1. Ellerinize yakı ndan bakı n ve erimelerini izleyin. (Bu sadece eriyen eller fenomenini görmek iç in yapmaya değ er).

2. Yönünüzü kaybedene kadar etrafı nı zda dönün.

3. Olmak istediğ iniz bir yeri gözünüzde canlandı rı n. (anlı k seyahat). Bu genellikle sizi görselleş tirilmiş hedef hedefinize benzer bir rüya havuzuna götürür.

4. Olabildiğ ince hı zlı bir ş ekilde dümdüz uç un. Bu gerçek konumunuzu değ iş tiremezse, en azı ndan uzay uç uş unu deneyimleyeceksiniz.

5. Sevdiğ iniz bir yer bulana kadar yüzeye yakı n bir yerde hı zla uç un. Hı zı n bulanı klaş ması bir gerçeklik kayması na neden olacaktı r.

6. Bir aynaya, resme veya tabloya doğ ru yürüyün. Bu, VRP (sanal gerçeklik projeksiyonu) ile aynı dı r.

Bu tekniklerin tümü, bilinç altı nı , oryantasyon bozukluğ u yoluyla, sizi baş ka bir gerçeklik konumuna taş ı ması iç in kandı rı r.

Hareket Halindeki Astral Form

Birçok insan ilk birkaç projeksiyonunda hareket sorunları yaş ar. Bir odayı doğ ru yönde geç mek bile büyük bir baş arı olabilir.
Bu kontrol eksikliğ i, astral forma aş ina olmamaları ndan kaynaklanmaktadı r. Sı fı r yerçekiminde olmak gibi. Yeniden hareket etmeyi öğ renmelisin. Gerçek zamanlı olarak yansı ttı ğ ı nı zda, etrafı nı kötü yapı landı rı lmı ş bir eterik kabuğ un sardı ğ ı bir bilinç noktası sı nı z. Hareket kaslarla değ il düş ünceyle sağ lanı r.

astral momentum

Astral formda sorunları n çoğ una neden olan bir tür momentum vardı r. Bu, durmaya karar verdikten sonra bir süre hareket etmeye devam etmenize neden olur. Bu sizi bir duvardan veya tavandan vs. geç irebilir. Bu itici güç,

Machine Translated by Google

harekete neden olduğ un düş ünceden kaynaklanı r. Eylem iç in ç ok güç lü veya ç ok uzunsa, ç ok hı zlı veya ç ok uzağ a hareket edeceksiniz. Yalnı zca pratik, size herhangi bir doğ ruluk ve zarafet derecesi ile nası l hareket edeceğ inizi öğ retir.

Astral hareketi öğ renmek gerç ekten ç ok komik bir süreç .

Genç liğ imde memleketim hakkı nda hareket etmeyi öğ rendiğ imi hatı rlı yorum. Evimde gezinmeye ç alı ş arak baş lardı m, genellikle bir süre ç atı da sı kı ş ı p kalı rdı m. Sonra yolda koş ar, hı zlanmaya ve bir uç ak gibi havalanmaya ç alı ş ı rdı m. Bir süre havada kalı rdı m ama ç evredeki evlerin ç atı ları nı asla tam olarak temizleyemezdim. Sı k sı k istemeden garip evlere girerdim, sı fı r G'de sarhoş gibi ortalarda dolaş ı yordum.

Evlerine girip ç ı karken, geç en tüm bu yabancı lardan durmadan özür diliyor gibiydim.

Nası l Hareket Edilir

Astral formda hareket etmek iç in, basitç e - YAPIN. Ne yaptı ğ ı nı zı düş ünmeyin, sadece YAPIN. Hareketin zihniniz tarafı ndan sağ landı ğ ı nı unutmayı n. Kendinizi harekete geç irmek, yön değ iş tirmek ve durmak zorundası nı z.

Bu konuda sana verebileceğ im en iyi tavsiye bu. Gerç ekten yaş ayarak öğ renilmesi gerekiyor. İ yi eğ lenceler.

Temel hareketi öğ rendiğ inizde, bir süre ç ok iddialı bir ş ey denemeyin. Yüzeye yakı n durun ve önce bölgenizde dolaş mayı öğ renin. Üzerinde biraz kontrol elde edene kadar hı zı nı zı değ iş tirme alı ş tı rması yapı n.

Uç mayı öğ renmek

Hareket etmeyi öğ rendiğ iniz gibi uç mayı da zihninizi kullanarak öğ renin. İ lk baş ta sizi etkileyen yerç ekimine ç ok benzer bir ş ey bulabilirsiniz. Kendinizi havaya ancak kendinizi yavaş ç a tekrar dünyaya geri dönerken bulmak iç in alabilirsiniz. Eğ er ı srar ederseniz, kendinizi bir dizi kı sa uç uş atlaması nda hareket ederken bulacaksı nı z. Bu kı smen alı ş kanlı ktan ve kı smen de genel olarak temel hareket probleminden kaynaklanı r.

Zihinsel eyleme neden olan hareketiniz azaldı ğ ı nda dünyaya geri dönersiniz. Bu, uç uş ivmenizin durması na neden olur ve yerç ekimi alı ş kanlı ğ ı sizi aş ağ ı ç eker.

Machine Translated by Google

Kendinizi benim gibi yolda koşarak ve havaya sıçrayarak uçmaya çalışırken bulabilirsiniz. Bu gerekli değil. İradenizi havada yüzmeye odaklayın. Ardından, temel harekette olduğu gibi, hareket sağlamak için iradenizi kullanın. Astral formda sizi etkileyen yerçekimi YOKTUR. Kendinizi buna ikna edin ve kısa sürede uçacaksınız.

Hız

S. Muldoon tarafından tanımlanan ve yaygın olarak kabul edilen üç hız yalnızca temel bir kılavuzdur. Bunlar:

1. Yürüyüş hızı.

2. Motorlu araç hızı.

3. Anlık seyahat.

Bence bu üç hız o zamanların bir işaretiydi. Bunlar çoğu insan tarafından bilinen tek hız türleri olurdu. Bugün, filmler, bilgisayar oyunları ve uçak yolculuğu, zihnimizi çok daha yüksek hızları kabul etmeye tamamen hazırladı.

Pratik ve iyi bir zihinsel kontrolle, hızınızı yürüyüş hızından süpersonik hıza kadar amacınıza göre değiştirebilirsiniz. Bu, yeni başlayanlar için büyük bir sorun olsa da, yön ve hız kontrolü. Bunun projeksiyonun ne kadar kararlı olduğu ve iradenizi harekete geçirme konusunda ne kadar deneyimli olduğunuzla çok ilgisi var.

Anlık Seyahat

Bir varış yerini görselleştirebilirseniz, kendinizi oraya anında, düşünce hızında yansıtabileceğiniz genel olarak kabul edilir.

* Bunu çok güvenilmez buldum *

Bu anlık yöntemin genellikle sizi doğrudan hedefinizin görselleştirilmesiyle oluşturulan öznel bir konuma yansıttığını görüyorum. Varış noktanızda görünüyor olabilirsiniz, ancak genellikle gerçek konum ile bulunduğunuz yer arasında birçok tutarsızlık bulacaksınız.

Machine Translated by Google

Anlık seyahat, VRP'ye çok benzer. Seyahat etmek için görselleştirme güçlerinizi kullanarak, aslında seyahat etmeyeceksiniz. Bir hedefin özel bir kopyasını oluşturacak ve gireceksiniz.

Uzun Mesafe Seyahat

Kısa ila orta için yüzeyi takip etmeyi daha güvenilir buldum

birkaç yüz mile kadar mesafe projeksiyonu. Seyahat ederken Alice etkisine düşmek kolay olduğu için bu bile zor olabilir. Tek yapmanız gereken konsantrasyonu bir kez kırmak ve bir rüya havuzuna gireceksiniz. Gerçek zamanlı olarak seyahat ederken her zaman sıkı zihinsel kontrol sağlanmalıdır.

Yüzeyi uzun mesafe takip etmek pek pratik değil. Örneğin, dünyanın diğer ucundaki bir ülke sizden 12000 mil uzakta. 15 dakikada oraya ulaşmak için ses hızının yaklaşık 64 katı hızla gitmeniz gerekir. Atmosferdeki bu hızda, her şey bulanıklaşır ve bulutlar ve yüzey özellikleri, oryantasyon bozukluğuna ve buna karşılık gelen bir gerçeklik kayması na neden olur. Projeksiyonun herhangi bir gerçek zamanlı nesnel yönü daha sonra kaybolacaktır. Not: Acemi projektörler normalde kendilerini gerçek zamanlı olarak yalnızca birkaç dakika tutabilir. Bu nedenle, herhangi bir uzun mesafe seyahati, bir projeksiyonun gerçek zamanlı kısmı ile sınırlıdır.

Uzun mesafe seyahat etmek için coğrafya çalışmanız gerekir.

Kıtaları, okyanusları, ülkeleri, eyaletleri ve ülkeleri tanıyabilmelisiniz.
şehirler. Ayrıca hedef bölgenizin bir haritasını incelemeniz ve herhangi bir yer işaretini not etmeniz gerekir. Oraya yansıtmak için, bu hafızaya alındıktan sonra yörüngeye girmeli ve hedefinizin üzerinden tekrar girmelisiniz. Dünyaya yaklaşırken, yaklaşımınızı ayarlamalı ve varış noktanızın etrafındaki jeolojik özellikleri ve yer işaretlerini hedeflemelisiniz.

Dünya yörüngesinde

Yörüngeye girmek göründüğünden biraz daha zor. Oraya çıkmak kolaydır, sadece dümdüz yukarı gidersiniz, ancak yeterince yükseğe çıktığınızda durmak zordur. Ben dahil çoğu insan, kendilerini doğrudan güneş sisteminin dışına, bazen de galaksinin dışına fırlatma eğilimindedir. Bunu önlemek için çıkış sırasında hızınızı kontrol etmeniz önemlidir.

Machine Translated by Google

Yörüngeye girmenin bir yolu olarak önce aya yansıtmak daha kolaydır. Bu size, birkaç dakika içinde yansıtabileceğiniz büyük bir görsel hedef sağlar. Bir kez orada, Dünya'ya geri dönmek, yörüngeye girmek ve hedefinizin üzerine çıkana kadar daire içine almak basit bir meseledir. Uzayda, atmosferden uzakta, hız kaynaklı bulanıklık ile ilgili herhangi bir sorun yoktur.

Ne kadar uzağa gidebilirsin?

Mesafe, hedef veya hız için * HAYIR * sınırları vardır. seyahat edebilirsiniz en uzak galaksi. Düşüncenin hızı sonsuzdur. katlamak gibidir boşluk ve hareket etmeden hareket. Bir şey görebiliyorsan, orada olabilirsin... o kadar çabuk. Karşılaştırıldığında, ışık hızı bir salyangozun hızı dır. Düşünmek ve meditasyon yapmak için sık sık galaksilerin uzaktaki küçük lekeler olduğu derin uzaya giderim. Bu kolay, ancak iş in püf noktası bilinçli bir yeniden giriş için geri dönmek. İyi bir astronomi bilgisine sahip değilseniz, ki bu benim yok, bu zor. Gümüş kordonu takip etmek, eğer görebiliyorsanız, bu tür bir hızda pratik değildir, ancak size içeri girmeniz için temel bir yön verecektir.

Uzun mesafeli bir projeksiyondan geri dönmek için vücudunuza uyum sağlayın ve onun farkına varın. Ardından fiziksel bedeninizin bir kısmını, yani bir parmak veya ayak parmağını hareket ettirmeyi deneyin. Bu sizi bedeninize geri döndürecek ve OOBE'nin tam anılarıyla yansıtmayı sonlandıracaktır.

Gelecek Rüzgarı

Projeksiyon yaparken zaman zaman karşılaşacağınız garip bir fenomen var. Ben buna "Gelecek Rüzgarı" diyorum.

Birdenbire karşı konulmaz bir güç hissedeceğiniz zaman, bir yerlerde OOBE'ing olacak, kendi işinize bakacaksınız. Bu güç tarafından iradeniz dışında, genellikle geriye doğru hareket ettiğinizi hissedeceksiniz. Bir süre onunla savaşabilirsin ama sen uçup gidene kadar gitgide güçlenecek; çatıların üzerinden, gökyüzüne ve...geleceğe.

Sonra, bir süre sonra, farklı bir yerde... ve zamanda aşağı ineceksiniz.
Çoğu zaman sıradan bir yer, belki de bir tür ev ortamı olacaktır. Orada serbest bırakılacaksınız ve başı boş dolaşmaya bırakılacaksınız... kafanız karıştı. Sen

Machine Translated by Google

Henüz tanı madı ğ ı nı z insanlarla bile tanı ş abilirsiniz ve onları n da en az sizin kadar kafası karı ş acaktı r.

Bu, gelecekteki hayatı nı zdan gerçek bir sahne olabilir, sembolik bir vizyon veya her ikisinin bir karı ş ı mı olabilir. Bu sahnenin görünmez bir izleyicisi olabilirsiniz ya da gelecekteki benliğ inizle birleş ebilir ve bir süre gelecekteki gözlerinizle görebilirsiniz.

Bu aynı zamanda gelecekteki önemli bir olayı n sahnesi olabilir. Doğ al veya baş ka bir felaket veya dünya sahnesinde olağ andı ş ı veya heyecan verici bir ş ey olabilir.
Bu tür olaylar genellikle onları çevreleyen çok fazla enerjiye sahiptir ve bu, vizyonun nedeninin bir parçası olabilir.

Bunun için yapabileceğ im tek açı klama:

1. Yüksek benliğ inizin müdahalesi: Nedense, size geleceğ inizden bir ş ey gösterme zamanı nı n geldiğ ine karar verir.

2. Durugörü müdahalesi: Kaş çakranı z durugörüyle aktif hale geldi ve gelecekteki bir ortama ayarlandı . Bilinç noktanı z bu vizyon tarafı ndan yakalanı r ve vizyona yansı tı lı r.

3. Yukarı dakilerin her ikisinin birleş imi - bu en mantı klı olanı dı r.

Sembolik Vizyonlar

Bu rüzgarı n yukarı dakine çok benzeyen baş ka bir yönü daha var, ancak deneyimlediğ iniz görüntü, gelecekteki gerçek bir olay veya sahneden ziyade sembolik veya sembolik bir yönü var.

Not: Sizi vizyonları n sembolik yönü hakkı nda uyarmak istiyorum. Sembolizmin doğ ası nı anlamazsanı z, hayatı nı za büyük zarar verebilir. Bu uyarı , astral formda deneyimlenmiş olsun ya da olması n, genel olarak tüm durugörü vizyonları için geçerlidir.

Örneğ in: Gelecekteki bir rüzgar tarafı ndan, kendinizi çok para kazanı rken gördüğ ünüz bir sahneye götürülüyorsunuz. Sonuçlarla birlikte piyango biletinizi kontrol eden bir masada oturuyorsunuz. Para ödülünün 18 milyon dolar olduğ unu görüyorsunuz. Numaraları nı zı veya biletinizi kontrol ettiğ inizde kazanan biletin sizde olduğ unu görürsünüz. Hissediyorsun

Machine Translated by Google

tüm heyecan, adrenalin dalgalanması , zenginlik hayalleri size taş ar ve kalbiniz heyecanla çarpar.

Bu vizyondan sonra çok sayı da bilet almaya baş larsı nı z. Ayrı ca "Para geldiğ inde" tarzı bir tavı rla hayatı nı zı etkileyen kararlar almaya baş larsı nı z. Bu, hayatı nı za onarı lamaz hasar verebilir! Sürüş ünüzü, inisiyatifinizi, hı rsı nı zı kaybedersiniz, yani denemeyi bı rakı rsı nı z. Bu, size "Kargo Kültü" tipi bir inanç sistemi, bu ilkel inanç sisteminin sahip olduğ u tüm olumsuz yönleriyle her ş eyin size verileceğ i inancı nı verir.

Bu, hayatı nı zdaki zamanı dolu dolu yaş amak yerine iş aretlemenize neden olabilir.

* Yukarı daki vizyonun sembolizminden kaçı rmı ş olabileceğ iniz ş ey:

Bu piyango çekiliş i için para miktarı olağ andı ş ı olabilir. 18 milyon dolar tuhaf bir para ve nadir bir olay olabilir. Ben buna SIGN POST diyorum - gelecekteki bir olayı n tarih damgası . Bu, yerel piyangonuzda yukarı daki miktarda bir ödül olduğ unda, hayatı nı zda veya çevrenizdeki dünyada önemli bir ş eyin olacağ ı anlamı na gelir. Sembolizmin nası l çalı ş tı ğ ı nı bilseydiniz, vizyon sı rası nda bu yaklaş an olay hakkı nda daha fazla bilgi edinebilirdiniz. Ayar, semboller, sizinle olan bağ lantı lar, içindeki eylem ve olayları n sı rası , anlamı nı n önemli yönleridir. Bir vizyonu yanlı ş anlamak hayatı nı zı mahvedebilir. Yalnı zca deneyim ve mantı ğ ı n akı llı ca uygulanması size sembolik bir vizyonu nası l yorumlayacağ ı nı zı öğ retebilir. Bu deneyime sahip olana kadar, her türlü görüş ü dikkatli bir ş ekilde tedavi etmek en iyisidir.

Sembolik bir vizyonun bazı olası nedenleri ş unlardı r:

1. Yüksek benliğ iniz tarafı ndan size bir uyarı veya rehberlik veriliyor.

2. Size hayatı nı zı n bir geleceğ i, bir kaderi, bir anlamı , bir amacı olduğ una dair kanı t veriliyor.

3. Bu vizyonun iş aret direğ i, hayatı nı zda iyi veya kötü bir olaya iş aret edebilir.

4. Aslı nda piyangoyu kazanabilirsiniz. Ş ahsen, her ihtimale karş ı çekiliş te bir biletim olduğ undan emin olurdum ama buna bağ lı olmazdı m.

Gelecek Rüzgar Örneğ i

Machine Translated by Google

Bedenimi terk ettim ve deniz bacakları mı alarak evimin etrafı nda hareket ediyordum.
Aniden, bir güç beni odanı n diğ er tarafı na doğ ru hareket ettirdi. Onunla savaş maya çalı ş tı m ama evden dı ş arı fı rlayı p gece gökyüzüne yükselene kadar daha da güçlendi. Kı sa bir süre sonra yine evimin önüne getirildim. Yolun ortası nda öylece kalakaldı m. Önümde bir buzdolabı duruyordu. Kapı sı açı k, yolda öylece oturuyordu. İ nceledim ve çalı ş madı ğ ı nı söyleyebilirim. Arkası nda, 40 fit yüksekliğ inde ve iki katı geniş liğ inde devasa bir kı rmı zı tuğ la duvar vardı . Bu sokakta GERÇEK tuğ la duvarlar yok. Sonra karı mı n yanı mda durduğ unu fark ettim. Döndüm ve ona merhaba dedim.

Çok soğ uk bir ş ekilde hoş çakal dedi, sonra döndü ve uzaklaş tı . Ş aş kı n, onun uzaklaş ması nı izledim. Garip bir ş ekilde, evimize yürümek yerine oradan uzaklaş tı ve uzaklara gitti.

Görünüş lerin sembolizmi ve doğ ası ile deneyimlenmiş olarak, bunun önceden bildirdiğ i ş eyi, evliliğ imin sonunu biliyordum. Daha yeni evli olduğ umuz ve birlikte çok mutlu olduğ umuz için anlayamadı m.

Sembolik bir vizyonu deş ifre etmek için onu analiz etmek ve parçaları na ayı rmak gerekir.

Bu vizyonun altı önemli yönü ş unlardı r:

1. İ ş aret direğ i... (olayı n tarih damgası) * Çalı ş mayan buzdolabı .

Bağ lantı lar... (görümde olayları bana bağ layan bir ş ey ya da biri). *

1. Karı m.

2. Evimin dı ş ı ndaydı .

3. Kendim olarak oradaydı m.

2. Sembol... (gelecek olayı n temel doğ ası)

* Büyük tuğ la duvar. Bu, bir engeli veya bir ş eyin sonunu sembolize eder. Bu, vizyondaki tek gerçek semboldü, ancak diğ er kı sı mları doğ ası veya eylemi gereğ i - sembolikti.

Machine Translated by Google

3. Sembolik eylem... (görümün anlamı nı ifade eder) * Karı mı n soğ ukkanlı vedası .

4. Sembolik değ iş tiriciler... (bunlar sembolü veya bu durumda vizyondaki sembolik eylemi değ iş tirir). a)

Karı m evimizden uzak bir yöne doğ ru yola ç ı ktı . b) Gözden kaybolu ncaya kadar uzaklaş tı .

5. Olayları n sı rası :

1. Kı rı k buzdolabı .

2. Büyük tuğ la duvar.

3. Karı mı n eylemleri.

VEYA: Kı rı k buzdolabı nı (iş aret direğ i) gördüğ ümde tuğ la duvarı (sembol) gördüm ve karı m (bağ lantı) veda etti ve kaybolana kadar (sembolik değ iş tiriciler) evimizden uzakta bir yönde ayrı ldı (sembolik eylem)

Bir vizyonun zamanlaması ve sı rası , anlamı nı çözmek iç in önemlidir. Sembolik bir vizyonu 5 temel parç ası na bölmek ve bunu henüz zihninizde tazeyken günlüğ ünüze not etmek önemlidir.

Not: Bir vizyonun her bir parç ası iç in birden fazla değ iş tirici olabilir.

Gez

Yukarı daki vizyonu gördükten bir yı l sonra baş ka bir ş ehre taş ı ndı k. Taş ı ndı ğ ı mı z gün bir akrabamı zdan buzdolabı ödünç almak zorunda kaldı k. Bizimki bozuldu ve tamire gitti. Ödünç buzdolabı da iş e yaramadı . Bizimki tamir edildikten sonra bu diğ er buzdolabı iki buç uk yı l verandamı zda toplanmayı bekledi. Vizyonu net bir ş ekilde hatı rladı m ve bu buzdolabı nı n yaklaş an bir etkinliğ in tarih damgası olduğ unu biliyordum. Ben de olayı n ne olduğ unu biliyordum, ama dürüst olmak gerekirse, bunun olduğ unu göremedim. Ama bir gün gelip bu buzdolabı nı aldı lar. Bir hafta sonra evliliğ im sona erdi. Aniden, kalı cı olarak ve öngörülebilir bir sebep olmaksı zı n.

Arkadan bakı ldı ğ ı nda, vizyonun ne anlama geldiğ i ç ok aç ı k. Doğ ru olduğ u kadar basitti. Ç oğ u sembolik vizyon bu kadar basittir. ç ok ol

Machine Translated by Google

vizyona çok fazla bakmamaya dikkat edin, aksi takdirde vizyondaki gerçek mesaj gizlenecektir.

Her zaman bir vizyonu parçaları na ayı rı n.

Her bölümden sorun:

1. "Kendinde nedir?"

2. "Ne yapar?"

3. "En basit, en temel, sembolik anlamı nedir?" Bu cevapları bir yere yazı n ve sonra onlara sağ duyu ve mantı k uygulayı n. Bu size vizyonun gerçek anlamı hakkı nda fikir verecektir.

aynalar

Aynalar, tarihsel olarak, diğ er dünyalara açı lan kapı lar olarak kullanı lan büyülü cihazlardı r. Ayrı ca, yeni ayrı lanlar üzerindeki etkileriyle ilgili çok sayı da batı l inanç ve kocakarı hikayesi vardı r. Bir kişi öldükten sonra evlerindeki tüm aynalar kaplanı rdı . Bu, yansı ma eksikliklerini görmemeleri ve şok olmaları içindi. Bunun bir başka nedeni de yanlı şlı kla bir aynaya sı kı ş maları nı önlemekti.

İ zdüşüm mekaniğ ine bakarsanı z, bunun bir mantı ğ ı var. Ölüm, erken aşamalarda, güçlü bir gerçek zamanlı projeksiyona çok benzer. En büyük fark, geri dönecek bir canlı bedenin olmaması dı r.

Ruhlar normalde ölümden sonra bir hafta kadar gerçek zamanlı olarak fiziksel boyuta yakı n tutulur. Bu, ruhu fiziksel bedenine bağ layan eterik madde kaynağ ı tükenene kadardı r.

Bu süre zarfı nda ruhun akrabalar ve sevdiklerin arası nda dolaş ması , vedalaş ması ve yeni varoluş durumları yla uzlaş ması normaldir. Bu veda süreci, ölümün psikolojik travması nı hafifletir ve ruhun varoluş un bir sonraki aş aması na hazı rlanması na yardı mcı olur.

Aynalarda olabilecek şey şudur: Yeni bir ruh, istemeden bir aynaya girebilir. Bu olursa, bir projektörün VRP aracı lı ğ ı yla bir resme girmesiyle aynı ş ekilde bir ayna dünyası na girerler. Aynalı bir dünyaya girdiklerinde genellikle nerede oldukları nı ya da bundan nası l kurtulacakları nı bilmezler ve orada sı kı ş ı p kalabilirler.

Machine Translated by Google

gerçek zamanlı kaldıkları süre boyunca. Bu, ruhun yolculuğuna müdahale etmeyecektir. Bir sonraki varoluş aşamasına girene kadar sadece birkaç gün kafa karışıklığına neden olur. Bu, fiziksel dünyadaki son günlerini çok kafa karıştırıcı hale getirebilir ve doğal veda sürecine müdahale edebilir.

İnanıyorum ki, eski batıl inançlar buradan geldi. Bu nedenle, yansıtma ve ölüm süreci anlayışımız ışığında, ölümden sonra aynaların kapatılmasının, ölen kişinin yararına ÇOK iyi bir fikir olduğunu düşünüyorum. Emin olmak için bu en iyi iki hafta boyunca yapılır.

Daha İyi Bir Veda

Yakın zamanda ayrılan bir ruhla, gerçek zamanlı, ölüm sonrası gezintisi sırasında iletişim kurmak mümkündür. Bu, ruhun okuması için açık bir mektup bırakarak yapılabilir. Onlar da sizi duyabilirler, bu yüzden onlarla konuşmak da etkilidir. Bence iyi bir uygulama, ölen kişiyi seven tüm insanlardan, ruhun eski odasında duvara yapıştırılmış veda mektupları almak olacaktır. Okuma yapmak için harfleri tüm sayfalar net bir şekilde görünecek şekilde açık bırakın.

Daha kolay.

Machine Translated by Google

BÖLÜM 7. OOBE VE DUALITY

OOBE ve İ kilik:

Beden dı ş ı ve ötüme yakı n deneyimlerle ilgili çok sayı da vaka öyküsünü okursanı z; İ ş yerinde zihin bölünmesi etkisinin belirtilerini gösteren dualite algı ları na dair birçok açı klama bulacaksı nı z. Bir OOBE sı rası nda, fiziksel bedenin farkı nda olmak ve aynı zamanda yansı tı lan çiftte var olmanı n farkı nda olmak veya daha az yaygı n olarak, tam tersi oldukça yaygı ndı r. Bu etki, fiziksel beden ile onun uzaktan yansı tı lan çifti (muhtemelen gümüş kordon yoluyla) arası nda telepatik ve biyo-enerjik bağ lantı ları n varlı ğ ı nı gösteriyor gibi görünüyor. Bu bağ lantı , yansı tı lan çifte beden dı ş ı nda çalı ş ı rken ihtiyaç duyduğ u gerekli enerjileri sağ lama ve aynı zamanda fiziksel bedeniyle kopmaz bir bağ lantı sağ lama amacı na hizmet ediyor gibi görünüyor. Bu bağ lantı aynı zamanda fiziksel bedenin bir OOBE sı rası nda ona hiç bir zarar gelmemesi iç in birçok yönden izlenmesine (veya algı lanması na) izin verir.

Bir OOBE sı rası nda, yansı tı lan çift fiziksel bedenden oluş turulduğ u ve yansı tı ldı ğ ı anda, projektörün zihni etkin bir ş ekilde her biri düş ünen zihin ve hafı zanı n tam bir kopyası nı içeren iki özdeş parç aya (ayna görüntüleri) bölünür. Bir kopya her zaman fiziksel gövdenin içinde (orijinal basılı kopya) sı kı ca kilitli kalı rken, ayna görüntüsü yansı tı lan dı ş çifte yansı tı lı r ve korunur.

Bilincin iki (veya daha fazla) ayrı fakat aynı kopyaya bölünmesi, uyku veya herhangi bir OOBE sı rası nda gerç ekleş ir. Bu etkiye "Zihin Bölünmüş Etkisi" diyorum:

Zihinsel/Görsel Geribildirim:

Zihinsel olarak uyanı k bir fiziksel zihin (gerç ek zamanlı veya astral görüş ile) bir projeksiyon sı rası nda yakı n mesafeden iki katı na yansı tı ldı ğ ı nı gözlemlerse, araları nda güç lü bir görsel ve telepatik bağ lantı oluş abilir. Bu çok rahatsı z edici bir deneyim olabilir ve bunun bir seferde birkaç saniyeden fazla denenmesini önermiyorum. Uyanı k fiziksel zihin (yansı tma

Machine Translated by Google

ilerleme), bu tür bir bağlantının gerçekleşmesi için öngörülen iki katılımcının tarafından görülmeli ve görülmelidir. Bu tür bir bağlantının oluşması için birbirini aynı anda gören vizyon gerekli görünmektedir. Bu gerçekleştiğinde, zihnin her iki tarafı bilinçlenir, fiziksel ve yansıtılır, bağlanır ve aynı anda birbirlerinin gözlerinden görmeye başlar. Her biri kendi vizyonunun yanısıra birbirinin vizyonunun ve bakış açısının da farkına varır.

Bu bağlantının görsel tarafı bir kez oluştuğunda, zihnin bilinçlenmesinin her iki tarafı da aynı anda ve bileşik olarak birbirlerinin düşüncelerinin de anında farkına varır. Bu, birbirine bakan iki özdeş 'zihinsel' aynayı tutmak gibi, telepatik geribildirim gibi bir şey gibi görünüyor. Bu, zihinsel sonsuzluğa doğal olmayan bir bakış sağlar - sürekli birleşen bir zihinsel yansımanın zihinsel yansıması nın zihinsel bir yansıması.

İki özdeş zihin bir oobe sırasında ayrılırken birleştiğinde, iki özdeş vizyon ve düşünce seti, en iyi görsel ve telepatik döngü olarak tanımlanabilecek bir şey yaratır, hiç bitmeyen bir döngüde birleşir ve kendi kendine geri beslenir. Bu, herhangi bir ölümlü zihnin deneyimlemesi için doğal olmayan, anlaşılmaz, rahatsız edici ve muhtemelen tehlikeli bir olaydır.

Bu rahatsız edici ve kafa karıştırıcı durum sadece yakın mesafede ortaya çıkıyor gibi görünmektedir ve gerçek bir oyun sırasında birbirine çok yakından bakmamak (fiziksel ve yansıtılan çift) ve yakın mesafeden (yaklaşık yirmi fit içinde) birbirini düşünmemekle kolayca önlenebilir. zaman projeksiyonu. Not: Bu, yalnızca bir projektörün fiziksel ve yansıtılan her iki tarafının da uyanık olması ve gerçek zamanlı bir projeksiyon sırasında görsel olarak birbirlerinin farkında olması durumunda gerçekleşebilir. Bütün bunlar, rüyaların ve projeksiyon anılarının neden bazen bu kadar kaotik görünebileceğini açıklamak için uzun bir yol kat ediyor. Zihin çok iyi bir nedenle bilinçlenir ve ayrılan kopyaların ayrı ayrı işlev görmesi amaçlanır.

Güçlü bir gerçek zamanlı OOBE sırasında tesadüfen keşfettikten sonra, bu fenomeni gerçek zamanlı projeksiyonlar sırasında birçok kez denedim. Orijinal 'kaza'yı yeniden yarattım ve üzerinde çalıştım çünkü orijinal deneyim pek çok soruyu gündeme getirdi. Fiziksel bedenimi ona yakınken nasıl hissedebildiğimi her zaman merak etmişimdir ve bu zihin bilinçlenmesi etkisi aradığım cevapların çoğunu barındırıyor gibi görünüyordu.

Machine Translated by Google

Diğer birçok projektör gibi, projeksiyonlar sırasında sık sık kafa karıştırıcı anormallikler yaşadım: fiziksel bedenimin yakınında, evimin içinde ve çevresinde olayların ve gürültülerin farkında olmak, ayrıca bir projeksiyon sırasında uzaktaki varlığımın farkında olmak. Bu algılanan dualite, biri fiziksel diğeri uzak olmak üzere iki farklı algı grubuna sahip olma duygusu, diğer birçok projektör tarafından rapor edildi, ancak hiçbir zaman, doğru bir şekilde incelenmediğini veya anlaşılmadığını düşünüyorum.

Çifte Bela:

İşte zihin bedünmesi etkisini ve zihinsel/görsel geri bildirimi ilk deneyimlediğim anlardan biri: Ateşin yanında sandalyemde meditasyon yapıyordum ve yağmur çatıda davul çalmaya başladığında normal farkındalığıma geri döndüm. Hava oldukça vahşiydi ve rüzgar pencereleri ve kapıları sallamaya başlamıştı. Saate baktım, neredeyse 3 olmuştu. Bu benim için olağandışı değildi, çünkü bazen bütün gece meditasyon yapacağım. Kendimi iyi dinlenmiş ve enerji dolu hissettim ve kendi kendime düşündüm "Daha önce hiç fırtınaya girmedim, nasıl bir şey merak ediyorum?" Gözlerimi bir kez daha kapatarak, kendi içime rahatladım ve kısa süre sonra, İnceleme'nin 1. Cildinde verilen "nokta kaydırma" yöntemini kullanarak vücudumdan dışarı fırladım. Bu yöntem T.Lobsang Rampa'nın 'You Forever' adlı kitabında verdiği yönteme çok benzer. Bu yöntem Cilt 2'de verilen Halat yönteminden daha zor olsa da çok etkili ve kendime bilinçli çıkış projeksiyonunu ilk öğrendiğimde öğrendiğim orijinal yöntem. 4 ya da 5 yaşımdan beri projeksiyon yapıyorum ama bu her zaman kendiliğinden oldu ve ne zaman projeksiyon yapacağım konusunda çok az kontrolüm vardı. 21 yaşında bilinçli olarak projelendirmeyi kendi kendime öğrendim ve Rampa'nın kitaplarının çok yardımcı olduğunu mu anladım?

(Bir not olarak: birçok kişi Lobsang Rampa'nın itibarını yitirdiğini, onun metafizik üzerine İngiliz bir tesisatçı ve yazardan başka bir şey olmadığını 'teşhir edildiğini' iddia etti. Ama, eğer onun ilk kitabı 'Üçüncü Göz'ü okursanız, İçinde bulunduğu durumu ve bir İngiliz Tesisatçının bedeninde yaşamaya nasıl geldiğini tam olarak açıkladığını görecek. Bu başarı, yüksek rütbeli Tibetli ustalar (ruh ustaları) tarafından Rampa'nın bitmemiş yaşam yolunu korumak için yürütülen bir astral operasyon sırasında başarıldı.

Machine Translated by Google

Ömrünün sonuna gelmiş tesisatçı (tam izniyle).
Şahsen, Rampa'nın kitapları nı okumak için çok iyi buldum ve projeksiyon, durugörü, metafizik, vb. hakkında çok sayıda yararlı bilgi içeriyorlar.)

Projeksiyona geri dönelim: Vücudumdan çıktıktan sonra duvarın içinden geçtim ve yağmurla sırılsıklam olmuş geceye doğru süzüldüm. Bu ne muhteşem bir ıslaklık hissiydi. İçimden geçen serin yağmuru ve sert rüzgarı hissedebiliyor ve tadabiliyordum. Yağmur ve ıslaklık kokusu her yerdeydi, içimi parlak ve mutlu bir enerjiyle dolduruyor gibiydi. Çatıya çıktım ve bacaya oturdum, kasabaya baktım. Kendimi biraz ıslak Mary Poppins gibi hissettim. Yağmurun çatılar ve sokaklar üzerinde dans etmesini, oluklar arasında girdap gibi akması nı ve kanalizasyona akması nı izledim. Dostça bir sesi ve ritmi varmış gibi görünüyordu, "iç beni, beni sula, gurgle beni, slosh me". (O zamanlar komik görünüyordu :)

Çatıda otururken, altımdaki oda sandalyesinde vücudumun kıpırdadığını hissettim. Bu etki çoğu zaman ilgimi çekmiş ti ve çatıdan geri kaymaya ve daha yakından incelemeye karar verdim.

Çatıdan geçerken, tam bıraktığım yerde, sandalyede oturan bedenimi gördüm, ama aniden, yansıtılan ikizimi de (sandalyedeki bakış açımdan) tavandan aşağı kayarken izlediğimin farkına vardım - her ikisi de aynı zamanda! Bendim, sandalyede oturan başka bir BEN'i tavandan aşağı süzülerek izliyordum, ama aynı zamanda yaklaşık on metre ötede sandalyemin önünde süzülen - sandalyede otururken kendimi izleyen BEN'dim. Bu sadece kafa karışt ırıcı değildi, beni oldukça hasta hissettirmeye başladı .

İki takım vizyonum ve iki takım düşüncem vardı , hepsi aynı anda ve hepsi bir araya geldi, büyüleyiciydi.

Ayrıca çok mantıklı geldi. Sırf yansıtılan ME onun dışında olduğu için fiziksel beden, fiziksel ME neden düşünmeyi bıraksın ki? Bir projeksiyon sırasında neden (bugün yaygın olarak inanıldığı gibi) yalnızca boş bir kabuk olarak bırakılsın? Bu, bir projeksiyon sırasında fiziksel bedeni gerçekten terk eden 'ne' sorusunu gündeme getiriyor?

Machine Translated by Google

Yansı tı lan BEN (gerçek zamanlı çift), sandalyedeki fiziksel bedenimi gözlemleyerek - aynı anda beni izlerken - odada dolaş tı . Yansı tı lan çiftim fiziksel ME'nin arkası nda olsa bile, yansı tı lan ME'yi hala görebiliyordum. Yansı tı lan ikilimin odadaki hareketlerini takip etmeye çalı ş ı rken kendimi mükemmel bir ş ekilde sandalyede hissedebiliyordum. Bu çok gerçek bir çaba gerektirdi ve aynı zamanda öngörülen dublörümü hareket ettirmek çok fazla enerji aldı . Kalı n bir çamurun içinde hareket ediyormuş um gibi hissettim ve her iki ME'de de muazzam bir baskı hissettim.

Hem fiziksel bedenimde hem de yansı tı lan çiftimde var oldum - her ikisi de 'aynı ' zamanda. Tamamen uyanı ktı m (zihinsel olarak) ve farkı ndaydı m ve kendimin her iki yönü içinde düş ünüyordum. Fiziksel bedenimin içinde, bilincim eterik bedenimde aktif olarak merkezlenmiş gibi görünüyordu ve fiziksel ME'nin yansı tı lan ME'yi nası l görebildiğ i ortaya çı ktı (gerçek zamanlı görüş - kapalı göz kapakları ndan görme). Bu sonuca, fiziksel bedenimin 'içinde' dolaş abilmem ve hatta fiziksel olarak hareket etmeden arkamı görebildiğ im için geldim. Eterik bedenim, oldukça kelimenin tam anlamı yla, fiziksel bedenimin içinde dönebiliyor.

Fiziksel bedenin kapalı göz kapakları nı n ardı ndan ve farklı perspektiflerden görme yeteneğ i, projektörler ve trans meditatörleri tarafı ndan sı klı kla tanı mlanı r.

Not: Eterik beden, süptil bedenin ilk seviyesi, fiziksel bedenden bir aş ama yukarı da görünüyor. Bu, fiziksel bedenle o kadar sı kı bir ş ekilde iç içedir ki, normal olarak hala yaş arken sı nı rları nı terk edemez. Bununla birlikte, tam trans hali sı rası nda ve aynı zamanda yansı tma iş lemi sı rası nda, sı nı rlı bir hareket özgürlüğ ü kazanmı ş gibi görünmektedir. BT ayrı ca çoğ u zaman gerçek zaman dilimini ve hatta bazen etrafı ndaki astral boyutu görme yeteneğ i kazanacaktı r. Bir projeksiyonun çı kı ş aş aması na yakı n projektörler tarafı ndan sı klı kla bildirildiğ i gibi, kapalı göz kapakları ve kapakları n ardı ndan görme yeteneğ inden eterik beden sorumlu görünmektedir.

Gözlemlerim: Fiziksel beden trans durumuna girip uykuya daldı ğ ı nda, uyanı k bilincin merkezi eterik bedene kayı yor gibi görünüyor. Bu, bilincin bir "yansı ması nı " fiziksel bedenden ve zihinden bir adı m öteye götüren içsel bir yansı tmaya çok benzer.

Machine Translated by Google

orijinal yerini fiziksel bedenin sı nı rları içinde tutar. Bu aş amanı n, çok boyutlu yansı tma sürecinin ilk seviyesi olduğ una inanı yorum ve tam trans durumuna girildiğ inde yaş anan, aynı zamanda fiziksel bedenin uykuya daldı ğ ı nı n iş areti olan 'ağ ı rlı k' ile iş aretleniyor.

Bu süreç, projeksiyon vaka geçmiş leri ve ayrı ca projeksiyonun 'mekaniğ i' ve 'dinamiğ i' incelenirken çok mantı klı ve birçok soruyu yanı tlı yor. Projeksiyonun, bilincin fiziksel beden ve zihinden her seferinde bir aş ama yansı tı ldı ğ ı kademeli bir süreç olduğ una iş aret eder. Her aş ama, her aş ama arası nda sağ lam telepatik ve enerjik bağ lantı ları korurken, giderek daha incelikli ve rafine hale gelir.

Temel olarak, bu, tüm yüksek sübtil bedenlerin aynı anda yansı tı lması na izin verirken, fiziksel beden (orijinal bası lı kopya) arası nda güvenli ve kı rı lmaz bir bağ lantı sağ lar.

Projeksiyon Aş amaları :

Aş ağ ı daki liste, fiziksel bedeni (0) olarak, rüya zihninin altı nda (-1) olarak ve onun üstünde daha yüksek süptil bedenlerin ilk dört aş aması nı gösterir.

4 = Zihinsel beden ve üstü.

3 = Astral beden.

2 = Gerçek zamanlı gövde.

1 = Eterik beden.

0 = Fiziksel beden. (taban çizgisi)

-1 = Rüya zihni

İ nanı lmaz Zihin Bğdünmesi:

Her türlü OOBE sı rası nda projektörün zihni bğdünür. Fiziksel bedenin içinde her zaman güvenli bir ş ekilde kalan, düş ünme ve hayal etme yeteneğ ine sahip tam bir kopya (orijinal fiziksel fiziksel kopya). Hem bilinçli hem de bilinçaltı dolu anı ları içeren mükemmel bir düş ünen kopya, kalı ptan çekilmiş gerçek zamanlı bedene 'yansı tı r'. Yeterli hayati enerji (canlı lı k) varsa, her kopya bir obe sı rası nda bağ ı msı z olarak düş ünebilir ve hareket edebilir. Hiçbir kopya, diğ erinin devam eden varlı ğ ı ndan veya uyanı k durumundan haberdar olmayabilir. bu

Machine Translated by Google

uyku ve her türlü OOBE sı rası nda her zaman meydana gelen, ancak çok nadiren fark edilen doğ al zihin bölme etkisi. Bilinçli bir çı kı ş projeksiyonu sı rası nda, bilinç önce eterik bedene yansı tı lı r. Eterik bedenden, o beden üretildiğ inde gerçek zamanlı 'öngörülebilir' çifte yansı tı lı r. Gerçek zamanlı çift, birleş ik fiziksel/eterik bedenlerin içinde üretilmiş gibi görünür ve bilincin bir kopyası ona aktarı lana (yansı tı lan) kadar fiziksel/eterik bedenin dı ş ı na yansı tı yor gibi görünmez. Gerçek zamanlı bedenin fiziksel bedenden çı kı ş ı nı n gerçek yansı ma anı ndan önce, zihnin tüm potansiyel kopyaları sı kı ca birbirine bağ lanı r ve fiziksel beden içinde güvenli bir ş ekilde bir arada tutulur. Tam bir kopya her zaman fiziksel/eterik bedenin içinde kalı r ve bu (orijinal kopya) uykuya dalar gibi görünür ve bu nedenle, doğ al yansı tma sürecinin gerçekleş mesine izin vermek için kendini güvenli bir ş ekilde, ancak geçici olarak resmin dı ş ı na taş ı r. Zihnin orijinal kopyası , uykuya daldı ktan sonra bir noktada rüya görmeye baş layacaktı r.
Orijinal kopya kendini resmin dı ş ı na çı karmazsa, projeksiyon süreci boyunca zihnin uyanı k olduğ u bilinçli çı kı ş projeksiyonunda olduğ u gibi, projeksiyonun zorluğ u çarpı cı biçimde artar. Tek baş ı na bu son faktör, bilinçli çı kı ş projeksiyonunun katı ksı z zorluğ unu açı klar.

Fiziksel bedenin rüya gören zihni, bir projeksiyonun çı kı ş aş aması ndan kı sa bir süre sonra yaygı n olarak yaş anan gerçeklik dalgalanmaları nı açı klı yor gibi görünüyor. Bu olay, aynı zamanda, fiziksel bedenin rüya zihninin, genellikle rüya görme durumuyla iliş kilendirilen REM uyku durumuna (REM = Hı zlı Göz Hareketi) girmesiyle de iliş kilendirilebilir. Fiziksel bedenin rüya gören zihni, trans halinde ve projeksiyon öncesi durumda veya zihnin uyanı k tutulduğ u ve uykunun eş iğ inde dengelendiğ i durumlarda yaş anan hipnagojik imgeleri ve vizyonları da hesaba katı yor gibi görünmektedir.

Ayrı lma anı nda, gerçek zamanlı beden fiziksel/eterik bedenlerden özgürce yansı rken, zihin bölünür veya kendisinin tam bir kopyası nı 'dı ş ' sübtil bedene yansı tı r gibi görünür. Bu andan itibaren biri dahili diğ eri harici olmak üzere her iki kopya da anı ları nı ayrı ayrı kaydetmeye devam eder. Ara sı ra belli belirsiz paylaş ı lan hisler ve birbirlerinin uzaktan algı ları dı ş ı nda, ikisi de genellikle diğ erinin varlı ğ ı ndan veya varlı ğ ı ndan haberdar olmayacaktı r. Zihin bölünmesi efektinin ve hafı za kaydı nı n ayrı lı ğ ı , yeniden bütünleş me gerçekleş ene kadar devam edecektir. Üzerine

Machine Translated by Google

yeniden bütünleş me ya da uyanma, genellikle yalnı zca bir dizi hatı ra tutulur, ancak bazen bir karı ş ı m meydana gelir. Bu kı smen rüya, kı smen fiziksel/eterik ve kı smen OOBE hatı raları olabilir. Aynı zaman periyodu iç in fiziksel/eterik beden ve rüya anı ları nı geç ersiz kı lacak kadar güç lü, bir projektö rün fiziksel beyninde kalı cı bir izlenim bı rakacak kadar güç lü yansı tma anı ları nı n baş arı lı bir ş ekilde 'indirilmesi', baş arı lı ve tekrarlanabilir olmanı n gerç ek anahtarı gibi gö rünüyor. OOBE. Yeni kitabı m "ASTRAL Dİ NAMİ KLER"e bakı n
Bö lüm 21 - Zihin Bö lünmesinin Üstesinden Gelmek -bunun hakkı nda daha ayrı ntı lı bilgi iç in.

Zihin Bö lünmüş Etkileri:

Projektö rlerin, tüm titreş imleri, hı zlı kalp atı ş ı nı , süzülme hissini vb. hissettikleri ç ı kı ş a kadar mükemmel bir projeksiyon deneyimi yaş amaları oldukç a yaygı ndı r ve sonra hepsi 'kaybolur'. Bu, projektö rü, genellikle enerjik olarak bitkin, genellikle kı smen veya tamamen felç li bı rakı r ve ç ı kı ş ta baş arı sı z oldukları nı düş ünür. Bunun gibi durumlarda sı klı kla meydana gelenler normal ve baş arı lı OOBE'lerdir, ancak bilincin uyanı k kaldı ğ ı ve projeksiyonun zihin bö lünmesi gerç ekleş tikten sonra 'fiziksel/eterik' zihinde 'merkezlendiğ i' durumlarda. Bunun gibi durumlarda deneyimden sonra elde edilen hatı ralar, bu nedenle yalnı zca deneyimin fiziksel/eterik tarafı ndandı r.

Yansı tı lan ç ift, ç oğ u durumda, vücudunun dı ş ı nda ç ok uzun süre kalı r, bu da fiziksel/eterik zihnin derin bir uykuya dalması na izin verir. Derin uyku meydana geldiğ inde, yansı tı lan ç ift, uyku süresince veya uyanma gerç ekleş ene kadar fiziksel/eterik bedeninden etkin bir ş ekilde kilitlenir. (tekrar neden kı sa projeksiyonlar ö neriyorum) Bu deneyimin yansı tma tarafı (anı sı) bö ylece tamamen kaybolmuş , sanki hiç olmamı ş gibi. Deneyimin fiziksel/ eterik zihin (iç sel) tarafı , tüm deneyim iç in tek sağ lam hatı ralara sahiptir ve yansı tı lan ç iftin hatı raları , yeniden bütünleş meden sonra 'hatı rlanabilir' hale gelmek iç in fiziksel beyin üzerinde yeterince güç lü bir izlenim bı rakmakta baş arı sı z olmuş tur. Temel olarak, projeksiyon anı ları , projeksiyondan sonra fiziksel beyindeki son 'kı rı ş ı klı ğ ı ' yapmakta baş arı sı z oldu.

Machine Translated by Google

Gerçek zamanlı çift ve astral beden arası nda baş ka bir zihin bölünmesinin gerçekleş tiğ i görülüyor. Bu, ortalama bir gerçek zamanlı projeksiyonun baş laması ndan birkaç dakika sonra 'doğ al olarak' gerçekleş meye baş lar, ancak çoğ u zaman birkaç saniye içinde gerçekleş ebilir. Herhangi bir gerçek zamanlı projeksiyon sı rası nda bir noktada gerçeklik her zaman dalgalanmaya baş layacaktı r. Bu, fiziksel/eterik zihnin rüya görmeye baş ladı ğ ı nı n iş areti gibi görünüyor. Bu noktada, gerçek zamanlı bedenin enerjisi genellikle azalmaya baş lar (çoğ u durumda, görünüş e göre, rüya zihni aktifken bilinçli bütünlüğ ünü korumak için yeterli enerjiye sahip değ ildir) ve böylece görünüş te daha kolay sürdürülen (ama daha fazla) boyutsal olarak uzak) astral boyuttaki astral araç. Yakı nda, gerçek zamanlı beden etkin bir ş ekilde uykuya dalacak ve daha sonra, uykudaymı ş gibi, uyuyan fiziksel bedenin hemen üzerinde süzülmek üzere sarı lacaktı r. Fiziksel bedenin ve zihnin doğ al uyanı ş ı , tüm bedeninin yeniden bütünleş mesine neden olana kadar orada kalacaktı r.

çok boyutlu yönler, böylece zihin bölünmesini sona erdirir.

Projeksiyon ve Yeniden Entegrasyon Üzerine Notlar:

1. Yansı tmanı n gerçekleş mesi için uyku durumu veya trans durumu gereklidir.

2. Trans = beden uykuda + zihin uyanı k.

3. Yeniden bütünleş menin gerçekleş mesi için uyanı k durum gereklidir.

4. Yukarı dakilerin tek istisnası , vücudun uykuda olduğ u ancak zihnin tamamen uyanı k olduğ u trans halidir.

5. Derin uyku, fiziksel/eterik ve yansı tı lan çiftlerin yeniden entegrasyonunu yasaklar.

Bunları n biraz karmaş ı k görünebileceğ ini biliyorum, ancak bu, bir projektörün etrafı nı sarabilecek gizemli görünen zorlukları n çoğ una büyük ölçüde ı ş ı k tutuyor. Ayrı ca, ayrı ntı lı olarak hatı rlamak ş öyle dursun, projeksiyonları n neden bu kadar zaman sı nı rlı ve bakı mı nı n zor olduğ unu da aç ı klı yor. Tüm araş tı rmam ve çalı ş maları m boyunca, inanı lmaz derecede karmaş ı k teorik metafizik alanı nda, fiziksel boyutun nispeten normal gerçekliğ inden ne kadar uzaklaş ı rsam, her ş eyin o kadar aş ı rı derecede karmaş ı k hale geldiğ ini buldum. İ zdüş üm mekaniğ i ve dinamiğ i hakkı nda ondan uzak basit bir ş ey yoktur, ancak yansı tmanı n daha düş ük seviyeleri, yani eterik ve gerçek zamanlı bedenler incelenirse anlaş ı labilir. Anaparalar bu getiriler daha sonra uygulanı rsa

Machine Translated by Google

yansı tmanı n ve hatta rüya görmenin daha yüksek yönleri, birkaç değ erli sabit faktör ortaya çı kar. Bu metodoloji tüm sorunları çözmeyebilir veya tüm soruları yanı tlamayabilir, ancak en azı ndan üzerinde çalı ş mak iç in bir tür mantı klı ve anlaş ı lı r çerç eve sağ lar.

Mind Split'in Amacı :

Zihin bölünmesi, inanı yorum ki, zihnin her biri farklı bir boyutsal seviyeye ait olan birç ok farklı parç aya, seviyeye ve veç helere bölündüğ ü ve yansı tı ldı ğ ı Evrensel Yasanı n iş leyiş inin ayrı lmaz bir parç ası dı r. Tam ç oklu-zihin-bölünmüş süreç sı rası nda, en yüksek seviye (en yüksek süptil beden) benim Akaş ik Nabı z dediğ im ş eyle evrenin merkezine, tüm bilincin Kaynağ ı na ç ekilmiş gibi görünüyor. Orada, her bir bireysel enerji yumurtası nı n (her bir kiş inin) iç erdiğ i etkili ve koş ullu enerjiler (bilinç tohumları), Evrensel Kanuna göre iş lenir ve güncellenir. Bunlar geç miş ve ş imdiki düş ünce ve eylemlere göre ayarlanı r ve Karmik Yasa tarafı ndan daha da değ iş tirilir.

Bu tohumlar hepimizi derinden etkiler ve etkiler. Evrensel Yasanı n fiziksel boyutta görünen çalı ş maları olan ç ekim ve itme etkisine, tüm hoş umuza giden ve hoş lanmadı ğ ı mı z ş eylere ve doğ al eğ ilimlere neden olurlar.
Evrensel Yasa, bireysel yaş am yolları mı z boyunca, önceden belirlenmiş ancak fazlası yla değ iş ken hedeflere (özgür irade yasaları na ve bireysel seç imlere göre değ iş en) doğ ru bize rehberlik etmeye çalı ş an yasadı r.

Birç ok insan iç in zihin bölünmesinin önemli bir yönü, fiziksel bedenin ve zihninin uyku veya herhangi bir tür beden dı ş ı deneyim veya yansı tma sı rası nda nasıl "asla" "hiç" boş ve koruması z bı rakı ldı ğ ı nı göstermeş eklidir.
Böylece hiç bir zaman baş ka bir projektör veya herhangi bir inorganik varlı k, varlı k veya ş eytan tarafı ndan girilmeye, tacize, sahip olunmaya veya müdahaleye maruz kalmazlar. Araş tı rmaları ma göre, bilinç li bir ç ı kı ş projektörünün fiziksel bedeni ve zihni, doğ al fiziksel olmayan duyuları n biraz donuk veya hareketsiz hale geldiğ i tam uyanı klı k halinde olduğ undan daha fazla yansı tı lı r.
Bir OOBE sı rası nda, projektörün enerji gövdesi geniş liyor ve ç ok hassas bir ç evre, kendi etrafı nda bir tür geniş lemiş enerji kozası yaratı yor gibi görünüyor. Bu, genellikle odanı n etrafı ndaki odayı dolduran veya taş an yaklaş ı k 20 fit (6 metre) boyunca her yöne uzanı yor gibi görünmektedir.

Machine Translated by Google

projektörün fiziksel bedeni. Bu hassas enerji çevresi, bir erken uyarı sistemi gibi davranır. Başka bir 'uyanık' kişi, başka bir projektör veya başka bir tür enerji varlığı veya varlığı tarafından açılırsa ve olumsuz bir reaksiyon meydana gelirse, anında yeniden bütünleşme ve tam uyanık bilincin geri dönüşü için projektörü anında kapatacak ve geri alacaktır. . Bu erken uyarı sistemi, yansıtılan çiftin vücudunun dışında olduğunun tamamen farkında olduğu her türlü bilinçli OOBE sırasında özellikle hassas görünmektedir. Bununla birlikte, fiziksel beden ve zihin derin bir uykuya daldığında, "gerçek" uyanık insanlara karşı biraz daha az duyarlı hale geliyor gibi görünüyor. Bununla birlikte, çevre alanında olumsuz bir tepkiye neden olan herhangi bir şeye dokunursa, her zaman şiddetli ve anında tepki verir.

ULTRA Kısa OOBE:

Başarılı bir çıkıştan sonra, özellikle ilk birkaç seferden sonra yapılacak en önemli şeylerden biri, projeksiyonu çok kısa tutmaktır. On saniye sonra doğrudan fiziksel bedene geri dönün. Lütfen bu konuda bana güvenin. Tam bilinçli bir çıkış ve yeniden giriş ile on saniyelik GERÇEK beden dışı deneyim, unutulan bin geceye bedeldir! Ultra kısa bir oobe, çoğu durumda, başarılı bir ilk bilinçli çıkış projeksiyonuna 'ana' katkıda bulunan faktördür.

Bir kez daha, bir projektör çok uzun süre dışarıda kalırsa, özellikle de acemi bir projektör, ve onların fiziksel/eterik bedeni derin bir uykuya dalarsa, yansıtılan ikili, geri döndüğünde genellikle fiziksel bedenini ve zihnini yeniden canlandıramaz. Bu nedenle, yansıtma süresi boyunca veya doğal uyanma gerçekleşene kadar kilitlenebilir. Projeksiyon, fiziksel bedenin uykuya dalması nı gerektirir ve fiziksel bedenin uyanması nı gerektiren yeniden bütünleşme ile bunun tersi geçerlidir. Fiziksel beden ve zihin derin bir uykuya dalarsa, bazen iyi bir sarsıntı bile onları uyandıramayabilir. Yeniden giriş in neden olduğu hafif enerji akışı bu nedenle derin uykuda olan ve muhtemelen rüya gören bir fiziksel beden ve zihni uyandırmada başarısız olabilir.

Öngörülen Çift Kontak:

Yansıtma anıları nı pekiştirmenin bir yolu, bir OOBE sırasında kendinizle temas kurmaktır. Zihin bölünmesinin doğası nı akılda tutarak, projeksiyonun her iki tarafından da temas kurmaya çalışmak için kendinizle anlaşın.

Machine Translated by Google

hem fiziksel hem de öngörülen taraflar. Bunun için bir dereceye kadar gerçek zamanlı görüş (fiziksel bedende kapalı göz kapakları ndan görme) gereklidir. Yansı tı lan çiftinizin belirli bir yerde olması nı kabul edin, örneğ in yatağ ı n ayağ ı nı ve fiziksel baş ı nı zı n nerede olduğ una veya nerede olması gerektiğ ine bakacağ ı nı ve düş üneceğ ini söyleyin. Bunu, fiziksel veya yansı tı lan çift, karş ı tarafı nı aç ı kça göremese bile yapı n - ki bu genellikle her iki tarafta da olur. Genellikle sadece belirsiz bir hayalet ş ekli veya yatakta bir çökü ntü görülür. Fiziksel beden, yansı tı lan ikizinin bunu yapacağ ı na güvenmeli ve aynı ş eyi düş ünerek ve konsantre olarak ve yansı tı ldı ğ ı yerin "varsayı lan" olduğ u yeri "hissederek" yapmaya çalı ş malı dı r. Temas kurulduktan sonra, anı lar her iki yönde de taş acak ve sağ lamlaş acak - fiziksel beyin üzerinde güçlü ve kalı cı bir izlenim bı rakacak.

İ lk temastan sonra, yansı tı lan ikili, mide bulandı rı cı zihinsel/görsel geri bildirim sorunları ndan kaç ı nmak için hı zla uzaklaş malı dı r. Bu bağ lantı ve bellek indirme iş lemi baş arı lı olursa, gerçek zamanlı projeksiyonları n süresinin önemli ölçüde uzatı lması na izin verebilir. Yansı tı lan çift, periyodik olarak fiziksel karş ı lı ğ ı na geri dönebilir ve yansı tma belleklerini indirebilir (doldurabilir). Bu yapı lı rsa, her bir bellek indirme iş lemi arası nda birkaç dakikadan daha uzun bir süre olmaması nı öneririm. Yansı tı lan çift, yorucu olduğ una dair iş aretleri algı ladı ğ ı anda veya gerçeklik dalgalanmaları nı deneyimlemeye baş ladı ğ ı anda fiziksel bedenine yeniden girmelidir - bu, fiziksel zihnin uykuya daldı ğ ı nı gösteren rüya zihninin aktif hale geldiğ inin kesin bir iş aretidir.

OOBE Sı rası nda Enerji Artı ş ı :

Beden dı ş ı canlı lı ğ ı ve yeteneğ i artı rmak için, fiziksel/eterik bedenlerden yansı tı lan çifte akan yeterli enerjiye sahip olmak önemlidir.

Bu, vücut dı ş ı ndayken en iyi yansı tı lan çift tarafı ndan yapı lı r. Uzanmalı ve kendi içine enerji emdiğ ini "hissetmelidir", fiziksel bedeninden ona doğ ru akan enerjiyi hissetmelidir. Bu beden dı ş ı farkı ndalı k eylemi, yansı tı lan çiftte güçlü bir enerji talebi yaratı yor gibi görünüyor, bu da fiziksel/eterik bedenden bu talebi karş ı lamak için artan bir enerji akı ş ı na neden oluyor. Bir projeksiyon sı rası nda bunun neden olabileceğ i netlik ve yetenekteki artı ş oldukça ş aş ı rtı cı olabilir ve çok hı zlı gerçekleş ir. Bu teknik, özellikle projeksiyon görme problemleriniz veya körlüğ ünüz varsa kullanı ş lı dı r.

Her ş ey gözle görülür ş ekilde parlayacak ve ı ş ı k her yerde görülecektir.

Machine Translated by Google

projektör, karanlığı aydınlatıyor ve nereye giderseniz gidin onları takip ediyor.
Bu teknik, görsel veya başka bir şekilde, en yaygın öngörülen çift bağlantılı zayıflık problemlerini çözmek veya kolaylaştırmak için büyük bir etkiyle kullanılabilir.

Geliştirilmiş Gevşeme Tekniği

Not: Bu yeni 'geliştirilmiş' ve 'basitleştirilmiş' derin fiziksel gevşeme egzersizleri seti, orijinal İnceleme'dekilerin yerini alacaktır.

Üstesinden gelmeniz gereken ilk büyük engel, derin fiziksel rahatlamadır. OOBE'ye ulaşmakta sorun yaşayan insanlardan aldığım binlerce mektupla - bir sorun alanı öne çıkıyor, DERİN FİZİKSEL RAHATLAMA.
Herkes, becerilerin en önemlisi olan bunu öğrenmek için acele ediyor gibi görünüyor, projeksiyon girişiminin kendisi gibi daha ilginç şeylerle başa çıkmak için. Ancak, herhangi bir metafizik gelişim türünde (metafizik = zihin bilimi) olduğu gibi, tam olarak öğrenilmeyen herhangi bir beceri, sonunda soğuk algınlığını durduracak ve daha devam etmeden önce onları doğru bir şekilde öğrenmeye zorlayacaktır.

Fiziksel bedeninizi tamamen gevşetme becerisini öğrenmek için diğer herhangi bir beceriden daha fazla zaman harcanmalıdır - BU ÇOK önemlidir. Gevşeme, zamanla ve pratikle öğrenilebilen ve geliştirilebilen ilerleyici bir beceridir.
Erken aşamalarda derin fiziksel rahatlama ile ilgili en büyük sorun, projeksiyon girişiminin bir parçası olarak düzgün bir şekilde yapılırsa projektörün zihinsel olarak yorulabilmesi veya sıkılabilmesi için çok uzun sürmesidir. Bu, projektörün çıkış için çok az enerjisi veya hevesi olabileceğinden, bir yansıtma girişimini mahvedebilir. Bu bir sorun haline gelirse, derin fiziksel gevşemenin düzenli olarak öğrenilmesini ve uygulanmasını öneriyorum, ancak projektör oldukça hızlı bir şekilde derin fiziksel rahatlamaya ulaşana kadar yansıtma denemelerinden 'ayrı'.

Astral bedeninizi bilinçli olarak yansıtmak için derin bir fiziksel rahatlama seviyesi kesinlikle gereklidir. Ancak bunu doğru bir şekilde yaparsanız ve düzenli olarak pratik yaparsanız, bunu başarmak oldukça kolaydır.

Machine Translated by Google

Derin fiziksel rahatlama artı berrak bir zihin = Trans Durumu

Trans hali, zihin uyanık ve kendini kontrol altında tutarken fiziksel beden uykuya daldığında elde edilir. Bilinçli bir çıkış projektörü, başarılı bir şekilde vücutlarından dışarı çıkmadan önce bir trans durumuna erişebilmelidir. Derin fiziksel rahatlama, trans durumuna yol açar ve doğal olarak onu getirir. Fiziksel beden yeterince derin bir rahatlama durumuna girdiğinde, trans durumuna otomatik olarak girilir. "Önemli Not: Derin fiziksel rahatlama olmadan uyku mümkün olduğu gibi, trans hali de mümkündür. Uykuya dalmak ve hatta stresli ve gerilim doluyken trans durumuna girmek, eksikliğin üstesinden gelmek için fiziksel/zihinsel yorgunluğa güvenerek oldukça kolaydır. gevşeme ve trans yeteneği Sadece trans hislerini (yani, ağır vücut hissi) hissediyor olmanız, derin fiziksel rahatlamaya ulaştığınız anlamına gelmez.Birçok insan bunu yapar ve sadece bilinçli çıkış bulmak için kullanışlı bir kısa yol buldukları nı düşünür. projeksiyon neredeyse imkansız.Bu durumda çoğu insan, fiziksel bedenleri çok gergin olduğu için çıkışta başarısız olacaktır.

Yukarıdakiler ayrıca, önce birkaç saat uyumanın, ardından bir projeksiyon girişimi için uyanmanın, gevşeme ve trans yeteneği olmayan çoğu insan için daha iyi olmasının nedenidir. Vücudun uyku eksikliğini ve fiziksel gerginliğini aşmak için zamanı (uyku) vardır. Bu, projeksiyonu çok daha kolay hale getirir ve bilinçli çıkış projeksiyonu ile erken sonuçlar almanın iyi bir yoludur.

Fiziksel rahatlama:

oturma:

Rahat bir koltukta, kol ve boyun desteği iyi ve ayakların ızın altında bir yastıkla oturmanızı öneririm. Yastık gereklidir çünkü derin bir seviyeye kadar gevşetildiğinde, ayaklardaki destekleyici kaslar gevşeme eğilimi gösterir ve biraz rahatsızlığa neden olabilir.

Bir koltuk yoksa, yüksek arkalıklı bir yemek sandalyesi kullanın. Bir yatak kullanmak mümkündür, ancak uykuya dalmak büyük bir sorun olabilir. Bir yatak kullanılması gerekiyorsa, eller ve önkollar yatağın üzerinde dikey olarak tutularak, dirsekler yatağa rahatça yaslanarak sırt üstü (asla yan değil) yatmanızı öneririm. Ayarlamak

Machine Translated by Google

ve rahatlık için bu konumu biraz değiştirin. Bu pozisyon uykuya dalma olasılığını azaltacaktır.

Elbise:

Yerel sıcaklığa bağlı olarak bol, rahat giysiler ve çıplak ayaklar (veya bol çoraplar) giyin. Dar giysiler ve ayakkabılar derin bir rahatlama ile rahatsızlığa neden olacağı gibi kan ve enerji akışını da kısıtlayacaktır.

Duruş :

İyi bir duruş, derin gevşeme ile büyük ölçüde yardımcı olur. Sandalyede çömelmeyin. İyi bir duruş kullanılırsa, vücut iyi dengelenmiş olacaktır. Daha sonra, derin bir gevşeme düzeyine ulaşıldığında, vücut iyi dengede kalacak ve dikkat dağıtıcı bir rahatsızlık hissetmeyecektir.

Derin gevşerken duruş iyi değilse, kaslar gevşeyecek ve vücut sarkacak, omurga ve eklemlerde rahatsızlığa neden olacak ve bu da elde edilen gevşeme seviyesine müdahale edecektir. Vücudun sarkmadığından emin olmak için gerekirse alt sırtın arkasına ve gerekirse boynun arkasına bir yastık koyun.

Gergin ve gevşetici kas grupları :

Gevşeme egzersizlerini olabildiğince basit tuttum. Tek gereken, karşıt kas gruplarını kademeli olarak germek ve gevşetmektir. Zaten bir tam vücut gevşeme disiplini biliyorsanız, ona bağlı kalın veya tüm kas gruplarını kapsandığından emin olarak buna uyarlayın.

• Tüm vücut germe: Kollarınızı ve bacaklarınızı gerin, sanki çok yorgunmuşsunuz gibi gerçekten gerin ve birkaç uzun, yavaş, derin nefes alın.

• Ayaklar ve baldırlar: Ayak parmaklarınızı yukarı kaldırın ve her iki ayağınızı ve baldırlarınızı aynı anda gerin ve sonra gevşetin. Ayak parmaklarınızı kıvırın ve tekrarlayın.

• Dizler ve Uyluklar: Hem uyluklarınızı, dizlerinizi hem de baldırlarınızı aynı anda gerin - sonra gevşetin. Topuklarınızla bastırın ve uyluklarınızı, baldırlarınızı ve ayaklarınızı gerginleştirin, ardından gevşetin.

• Kalça, kalça ve kasık: Kalçanızı geriye doğru itin, gerin ve rahatlayın. Kalçaları öne doğru itin, gerin ve rahatlayın.

Machine Translated by Google

• Mide ve bel: Karnı nı zı dı ş arı doğ ru itin ve tüm mide kasları nı gerin, gerin ve gevş eyin. Karnı nı zı çekin ve belinizi ve kalçaları nı zı gerin, gerin ve gevş eyin.

• Göğ üs ve sı rt üstü: Omuzları bükün ve göğ sü emerek tüm üst sı rt kasları nı gerin, gerin ve gevş etin. Omuzları geriye doğ ru itin ve göğ sü dı ş arı doğ ru itin ve tüm kasları gerin, gerin ve gevş eyin.

• Kollar: Omuzları nı zı , kolları nı zı ve ellerinizi sı kı n, yumruk yapı n. Kolları nı zı pompalayı n, yumrukları nı zı birkaç kez omuzlara getirin, gerin ve gevş eyin.

• Boyun: Boynu öne doğ ru bükün ve çeneyi göğ sün üzerine koyun ve tüm kasları gerin, gerin ve gevş etin. Baş ı nı zı geriye doğ ru itin ve çeneyi yukarı ya doğ ru itin, boğ azı ve çene kasları nı gerin, gerin ve gevş eyin.

• Çene, yüz ve baş : Baş ı nı zı geriye doğ ru hareket ettirin, ağ zı geniş açı n ve yüzünüzü bükün, baş ı nı zdaki tüm kasları gerin, gerin ve gevş eyin. Yüzünüzü mahvederken geniş çe gülümseyin, tüm yüz kasları nı gerin, gerin ve gevş eyin. Yüzü asarken derinden kaş ları nı çat, tüm yüz kasları nı ger, ger ve rahatla.

• Tüm vücut esnemesi: Vücudunuzun mümkün olduğ u kadar büyük bir kı smı nı esnetmeye ve germeye çalı ş arak kendinize tam vücut esnemesi uygulayı n, gerin ve gevş etin.

• Vücudunuzun mümkün olduğ u kadar gevş ediğ ini hissedene kadar yukarı daki iş lemi tekrarlayı n. Bunu her yaptı ğ ı nı zda, gevş eme kı smı na özellikle dikkat edin - kasları nı zı gerdikten sonra sarkması na ve tamamen gevş emesine izin verin.

• Bunu ne kadar sı k yaparsanı z o kadar kolaylaş acaktı r. Zamanla, farkı ndalı ğ ı nı zı , zihinsel ellerinizi onun üzerinde sallayarak tüm bedeninizi gevş etebileceksiniz.

•MBA Masajı :

• Baş ve boyun bölgeleri, içlerindeki gerilim onları büyük ölçüde etkilediğ inden, tüm vücut bölümleri arası nda gevş emesi en zor olan bölgelerdir. Onlara masaj yapmak için farkı ndalı k eylemlerini kullanı n. Sanki biri gerçekten onlara masaj yapı yormuş gibi, boynunuza ve baş ı nı za derinden masaj yapan 'farkı ndalı k ellerinizi' hissedin. Gerekli farkı ndalı k eylemlerini yeniden oluş turmak için belleğ inizi kullanı n. Derinlere nüfuz eden 'ellerinizi' hissedin

Machine Translated by Google

Başınızdaki ve boynunuzdaki kaslar ve tendonlar ve vücudunuzdan çıkan tüm gerilimi 'hissediyorsunuz'.

• Gergin bölgeleri arayarak farkındalığınızı tüm vücudunuzda gezdirin. Herhangi birini bulursanız, vücudunuz tamamen rahatlayana kadar masaj yapın.

Machine Translated by Google

BÖLÜM 8. Uyanma felci

Uyanma Felci:

Bir dereceye kadar fiziksel felç, bir OOBE'nin İ LERLEME halinde olduğ unun kesin bir iş aretidir. BT Zihin bödünmesinin bir ş ekilde zaten gerç ekleş tiğ ini gösterir. Fiziksel beden, zihin bödme etkisi aktifken kendini canlandı rmakta değ iş en derecelerde zorluk yaş ar. Bir projeksiyonun sürmekte olduğ unun farkı nda olmasalar bile, bir projektörün fiziksel/eterik bedeni tamamen fiziksel felç hissedebilir veya fiziksel bedenlerinde bir dereceye kadar uyuş ukluk ve ağ ı rlı k ve oryantasyon bozukluğ u hissedebilir.
Bunun derecesi büyük ölçüde projeksiyonun gücüne ve onu sürdürmek iç in ne kadar enerji kullanı ldı ğ ı na bağ lı dı r. Bunun gibi güç lü duyumlar, devam etmekte olan bir OOBE'ye iş aret ediyor.

Felç derecesi, projeksiyonun 'gücünü' gösterir. Tam güç lü bir Gerç ek Zamanlı OOBE, toplam fiziksel felce (tam uyanı klı k felci) neden olurken, daha hafif bir projeksiyon seviyesi, projektörün fiziksel vücudunun banyoya tökezlemesine izin verebilir - tutarsı z bir ş ekilde mı rı ldansa ve yastı klar üzerinde yürüyormuş gibi hissederek, vücut oldukç a uyuş muş olsa da ve bulanı k - ama hepsi aynı ş ekilde geziniyor.

Uyanma felci (genellikle uyku felci olarak adlandı rı lı r), gerç ek zamanlı bedenin fiziksel/eterik bedenin 'iç inde' oluş turulduğ u, ancak fiziksel/eterik bedenlerden gerç ek ayrı lma veya tam yansı tmanı n gerç ekleş mediğ i durumlarda da meydana gelir. Bu, dahili olarak da olsa kı smi bir projeksiyon meydana geldiğ i ve bir dereceye kadar uyanı klı k felcine neden olduğ u anlamı na gelir. Bu durumda gerç ek zamanlı 'öngörülebilir ç ift', fiziksel bedeninden tamamen bağ ı msı z olarak yansı tı lmamı ş tı r. Eğ er
bundan ş üpheleniliyorsa, projektör gevş emeli ve olması na izin vermeli veya ip gibi bir projeksiyon tekniğ i kullanmalı dı r. Daha önce gerç ekleş memiş se, tam bir projeksiyon gerç ekleş ebilir.

Not: Pek ç ok insan uyanma felcinden muzdariptir ve bu gerç ekten de korkunç bir deneyim olabilir, psikolojik hasara neden olabilir. Uyanma felci, tek bir baş parmağ a konsantre olarak ve onu hareket ettirmeye ç alı ş arak en iyi ş ekilde kı rı labilir. O ayak baş parmağ ı nı hareket ettirmek iç in 'her ş eyi' konsantre edin. Bu hareket ettiğ inde, küç ük bir parç a bile olsa, tam fiziksel hareket anı nda geri yüklenecektir.

Machine Translated by Google

İstenmeyen Titreşimler ve Yansıtma Belirtileri:

Sık titreşim nöbetleri, uyanma felci ve projeksiyonla ilgili diğer semptomlar bazı insanlar için büyük bir problemdir. Birçok insan bu hislerden hoşlanmaz ve bazıları onlardan kesinlikle korkabilir. Bu nedenle, birçok insan projeksiyon semptomlarından veya kötü obe deneyimleri veya kabuslar gibi projeksiyonla ilgili diğer sorunlardan kaçınmanın bir yolu olarak uykudan kaçınır. Bu, yapabilecekleri en kötü şeydir, çünkü bu ters etki yapacak ve durumu büyük ölçüde kötüleştirecektir.

1. Uyku eksikliği, projeksiyon semptomlarını teşvik eden aşırı yorgunluğa neden olur.

2. Sırt üstü yatmak projeksiyon semptomlarını teşvik eder.

3. Açlık, titreşim imleri artırır ve yansıtma semptomlarını teşvik eder.

Uyku eksikliği, bu zayıflatıcı durumu daha da kötüleştirebilecek iştah kaybına da neden olabilir. Rahatsız edici enerji duyumları ve kötü OOBE deneyimleri ile birlikte bu, psikolojik bir refleks ve devam etmesine izin verildikçe giderek kötüleşebilen fiziksel bir durum oluşturabilir.

Bu gibi durumlarda ele alınması gereken ilk şey, tüm sorunun 'kök' nedeni olan uyku eksikliğidir. Bu durumdan muzdarip olanlara 'acil olarak' tıbbi yardım almalarını ve uzun süreli ve rüyasız uykuyu teşvik edecek yeterince güçlü bir uyku ilacı istemelerini şiddetle tavsiye ediyorum. (Uzun açıklamaları kurtarmak için, insanların doktorlarına kötü rüyalardan kaynaklanan uykusuzluk çektiklerini söylemelerini öneriyorum - ki bu kısmen doğrudur) Uyku eksikliği giderilip normal uyku düzenleri normale döndüğünde, iştah geri dönecek ve projeksiyonla ilgili semptomlar ortadan kalkacaktır. çabuk kes.

Burada, ilaç durdurulmadan veya sorun yeniden ortaya çıkmadan önce uyku eksikliği tamamen giderilene kadar ilacın düzenli olarak (tıbbi tavsiyeye göre) alınması gerektiğini unutmayın.

İlaç kullanımı mümkün değilse, sabah erken kalkmanızı ve normalden daha fazla fiziksel egzersiz yapmanızı öneririm. Bu, fiziksel bedeni 'doğal olarak' yoracak ve daha kolay ve daha ağır bir uyku sağlayacaktır.
Bu tür doğal yorgunluk, kişinin neden olduğu 'aşırı yorgunluktan' oldukça farklıdır.

Machine Translated by Google

uzun süredir oluş an bir uyku eksikliğ i ile. Uyanma felci ve OBE çı kı ş semptomları ile ilgili en büyük sorun, bunları n fiziksel bedeni ve zihni 'uyandı rması dı r'. Bu nedenle, fiziksel beden ve zihin 'doğ al olarak' çok yorgunsa, o kadar kolay uyanmazlar ve uykuyu bölüp korku nöbetlerine neden olmak yerine, uyanı klı k felci vb.

Ağ ı r Çı kı ş Duyumları :

Ünlü titreş imler de dahil olmak üzere ağ ı r çı kı ş duyumları , basitçe enerji hareketi duyumları dı r. Bununla birlikte, bunları n gücü, yansı ttı ğ ı gerçek zamanlı bedenle birlikte, "uyanı k" bilincin merkezini fiziksel bedenin sı nı rları nı n "dı ş ı na" kaydı rma giriş iminden kaynaklanı yor gibi görünmektedir. Bu, "uyanı k" bilincin bir yansı ması nı , fiziksel bedenin "dı ş ı na" yansı tı rken, yansı tma ikilisiyle birlikte gitmeye zorlar. Bu, normal 'uyku yansı tma' mekanizması na bir anahtar fı rlatı r ve fiziksel/eterik vücutta, üzerine yerleş tirilen olağ andı ş ı talebi karş ı lamaya çalı ş ı rken, biyo-enerjik sarsı ntı ları n meydana gelmesine neden olan bir tür diş e neden olur. Normalde, yansı yan bilincin bu değ iş imi, uykuya dalarken doğ al olarak fiziksel bedenin sı nı rları nı n dı ş ı nda gerçek zamanlı bedeni takip ederdi. Bu, çok daha hafif ve daha az fark edilebilir enerji hareketi hislerine neden olur - yani, 'uykuya dalma' sürecini rahatsı z edecek kadar değ il. Tüm sorunlara neden olan, yansı tma iş lemi sı rası nda 'uyanı k' bilincin varlı ğ ı dı r. Görünen o ki, hem iç hem de dı ş bilincin iki uyanı k ve aktif kopyası nı sürdürmek, doğ anı n genel olarak sağ ladı ğ ı ndan çok daha fazla enerji akı ş ı gerektiriyor ve bu, baş lı baş ı na yoğ un çı kı ş duyumları nı n gerçek nedeni gibi görünüyor. Baş ka bir deyiş le, bu, bilincin gerçek bir karmaş ı klı ğ ı dı r, ruhaniyetin biyo-enerjisel bir araca enkarnasyonudur. Bunun kulağ a aynı ş ey gibi gelebileceğ ini biliyorum - "uyanı k" bilincin kası tlı olarak beden dı ş ı na kaydı rı lması yla karş ı laş tı rı ldı ğ ı nda, "uykuya dalma" bilincinin beden dı ş ı na doğ al bir kayması - ama enerji gereksinimlerinde büyük bir fark var ve her biri için ortaya çı kan duyumlar. Bir projektör, yansı tma çiftleriyle birlikte farkı ndalı k merkezlerini yeterince güçlü bir ş ekilde değ iş tirmeyi baş ardı ğ ı nda, yeniden giriş ve yeniden bütünleş meden sonra - uyandı kları nda - OOBE anı ları nı korumaları çok daha olası dı r.

Ağ ı r çı kı ş hissi, ilk birkaç bilinçli çı kı ş tan sonra hı zla azalı r.

Machine Translated by Google

projeksiyonlar, zorunlu biyo-enerjik geliş me yoluyla. Enerji bedeni aş amalı olarak bilinçli çı kı ş sürecine alı ş ı r ve gerekli enerjileri sağ lamak ve ele almak iç in daha fazla uyanı k OBE giriş imlerine yanı t olarak istikrarlı bir ş ekilde adapte olur ve geliş ir.

Gövde Enerji Dalgalanması :

Enerji bacaklardan ve alt birincil merkezlerden, göbekten ve solar pleksustan kalbe ve daha yüksek merkezlere akarken, birçok projeksiyon gövdedeki bir enerji dalgalanması yla mahvolur. Bu, uykuya dalarken ara sı ra hissettiğ iniz 'düş me' hissine çok benziyor. Bu his, kendinizi düş mekten alı koymak istercesine yatağ ı n kenarları na tutunmanı zı sağ lar.

Tüm bu duyumlara, gerçek zamanlı çift yaratı lı rken ve beden dı ş ı na yansı tma baş ladı ğ ı nda, enerji beden ve kalp merkezi yoluyla duygusal tipte bir enerji dalgası neden olur.

Bu his bazı insanlarda o kadar güçlüdür ki, onları nefes nefese ve tamamen uyanı k bı rakı r, böylece bilinçli çı kı ş iç in gerekli olan hassas rahat durumu bozar. Bu sinir bozucu bir sorun olabilir. Büyük miktarlarda enerji alt birincil merkezlerden kalp merkezine ve kalp merkezine doğ ru hareket ederken, gövde enerji dalgalanması sı klı kla enerjileri etkileyen büyük miktarda duygusal, sinirsel ve adrenalin içerir. Bu, herhangi bir duygusal ani beden hareketinin hissedileceğ i gibi hissedilebilir... büyük bir heyecan dalgası gibi, aniden bir milyon dolar kazandı ğ ı nı zda hissedebileceğ iniz gibi veya bunun neden olduğ u duygular gibi. hı z treni veya bungee jumping.

Doğ rudan cinsel organları n üzerinde yer alan bir birincil enerji merkezi (ana çakra) bulunduğ undan, cinsel uyarı lma da bu tür enerji dalgalanması yla nadiren iliş kilidir. (Bu merkezden İ nceleme'de bahsedilmiyor, ancak benim "Astral Dynamics" kitabı mda Çekirdek Beceriler ve Enerji bölümünde ele alı nmaktadı r) Enerjinin yukarı ya doğ ru güçlü bir enerji akı ş ı , bu nedenle, genellikle, az ya da çok, bu genital merkezi içerecektir. , projektörün enerji yapı sı na bağ lı olarak. Uyarı lma genellikle bilinçli çı kı ş oobe iç in gerekli olan hassas dengelenmiş durumu bozar.

Sı rt üstü yatmak, gövde enerji dalgalanma problemini yoğ unlaş tı rı yor gibi görünüyor. Bu sorunu hafifletmenin bir yolu, diğ erleriyle denemeler yapmaktı r.

Machine Translated by Google

Dinlenme/yansı tma pozisyonları , duyuları n daha zayı f veya daha az dikkat dağ ı tı cı olduğ u bir pozisyon bulmak iç in. Bu hisler genellikle yan yatarken veya yarı dik otururken daha zayı ftı r. Bununla birlikte, tamamen yanı nı zda yatmak, OOBE'lerden ziyade berrak rüyaları teş vik etme eğ ilimindedir.

Bu enerji dalgalanması , temel olarak, enerji bedeni ve onun birincil merkezlerinden (ana ç akralar) geç en büyük enerji hareketinden kaynaklanı r. Ağ ı r enerji hareketi duyumları , bilinç li ç ı kı ş projeksiyonuna alı ş kı n olmayan enerji yapı ları ndaki enerji blokajları ndan kaynaklanı r. Duygular ne kadar ağ ı r olursa, onlara neden olan enerji blokajları da o kadar güç lü olacaktı r. Enerji bedeni yoğ un birincil merkez enerji hareketine alı ş kı n olmadı ğ ı nda ve projektör uyanı k olduğ unda, bu duyumlar yansı tma giriş imlerini ciddi ş ekilde bozabilir. Bu sorunu ç özmenin tek yolu, düzenli meditasyon, gevş eme, trans ve enerji ç alı ş ması gibi görünüyor, bu da enerji beden geliş imini teş vik ediyor. Bu en iyi ş ekilde gerç ek projeksiyon denemelerinden ayrı olarak yapı lı r.

Bu egzersizler, enerji merkezleri ve onları n bağ lantı yolları , bilinç li bir ç ı kı ş sı rası nda meydana gelen daha güç lü enerji hareketlerini kaldı racak kadar güç lenene kadar devam ettirilmelidir.

Ç ı kı ş Sı rası nda Odak Kaybı :

Baş arı sı z yansı tmanı n yaygı n bir nedeni, bilincin "merkezini", fiziksel bedenden bağ ı msı z olarak yansı yan gerç ek zamanı n iki katı "ile" fiziksel bedenin dı ş ı na kaydı rmadaki baş arı sı zlı k gibi görünmektedir. Bir projektörün zihnini aç ı k tutması ve fiziksel bedenlerini terk etme eylemine ve hissine odaklanması , onunla birlikte gitmesi ve olanlarla teması kaybetmemesi son derece önemlidir. Ağ ı r ç ı kı ş duyumları bunu zorlaş tı rabilir, biliyorum ama 'tamamen' görmezden gelinmeleri gerekiyor. Projeksiyona ve bilinç merkezinin nereye gittiğ ine odaklanı n. Konsantrasyon yanlı ş zamanda kayarsa, gerç ek zamanlı beden, güç lü bir uyanı k bilinç merkezi olmadan dı ş arı ç ı kabilir. Zihnin bir yansı ması yine de yansı tma yapan gerç ek zamanlı ç ifte aktarı lacaktı r, ancak projektörün en güç lü bilinç merkezi, gerç ekte, fiziksel/eterik bedenin iç inde kilitli kalacaktı r. Bu kopya aslı nda geride bı rakı lacak, bir dereceye kadar felç ve zayı flı k hissedecek, projeksiyonda tamamen baş arı sı z olduğ unu düş ünecek ve genellikle kı sa bir süre sonra uykuya dalacak. Bu durumda, fiziksel beyinde projeksiyonla aynı zaman periyodu iç in güç lü anı lar yaratı lı r. Öngörülen ikili

Machine Translated by Google

anı lar bu nedenle yeniden bütünleş me üzerine bunları n üzerine yazmakta zorluk çekebilir. Tüm fikir, projeksiyonun bu yönü ile, 'yansı tma' hatı raları nı aynı zaman dilimi için en güçlü ve en unutulmaz hatı ralar haline getirmektir.

Yukarı dakiler, projektörler için neyin sorun yaratabileceği ni açı klamak için çok uzun bir yola neden (birçok insanı n başı na geldiği gibi) çı kolaş zihinbilinmeyen bir meydan okuma tüm bloğu nu duyarsızlaştı rır. Bu, (titreş imler, hı zlı kalp atı şı , düş me veya yüzme hissi vb.) her şey yolunda gittiğinde meydana gelir ve sonra her şey durur. Neredeyse projektörü orada yatı p ne olduğunu ve neden baş arı sı z oldukları nı merak ederek bı rakarak uzaklaş ı yor. Çoğu insan bu, görünüş te baş arı sı z olan yansı tma giriş iminden sonra kendini bitkin hisseder veya kı smen veya tamamen felç olur ve çok geçmeden derin bir uykuya dalar. Bu durumda yansı tma, onlarsı z, yansı tı lan çiftlerinde merkezlenmeden, onlar baş arı lı oldukları nı n farkı nda olmadan ilerleyecektir. Çoğu durumda, baş arı lı projeksiyonun hiçbir anı sı uyandı ktan sonra belli olmaz.

FEAR'ı n birçok rengi vardı r:

1. Ağı r projeksiyon çı kı ş duyumları korkusu.

2. Beden ortamı dı ş ı nda bilinmeyenden korkma.

3. Din, yanlı ş bir ş ey yapma endiş esi/korkusu aş ı ladı .

Korkunun birçok ince formu vardı r. Tüm bunlar, OOBE'nin mekaniği ni ve dinamiklerini anlayarak ve öngörülen durumu ilk elden deneyimleyerek aş amalı olarak üstesinden gelinebilir. Bedenin dı ş ı na yansı tma biraz cesaret gerektirir ve korku, bilinçli bir çı kı ş projeksiyonunun eş iğ inde duran tüm yeni projektörlerin karş ı laş tı ğ ı ilk doğ al engellerden biridir. Korku, görünüş e göre, psikolojik olarak bedenlerinden dı ş arı çı kmaya hazı r olana kadar insanları yansı tmayı durdurmak için tasarlanmı ş doğ al bir engeldir.

"Gerçek cesaret, ücret ödeme yeteneği değ ildir! Korku yok, ancak makul bir ş ekilde normal bir ş ekilde çalı ş maya devam ederken korkuyu kontrol etme yeteneği dir (RB)

Bir oobe sı rası nda, bir projektör neredeyse dokunulmazdı r ve katı maddeden geçebilir, atom patlaması sı rası nda sı fı r noktası na oturabilir ve hatta güneş lenmek için bile olabilir.

Machine Translated by Google

zarar görmemiş bir süpernovanın kalbinde. Beden dışındayken korkulacak tek şey 'korkunun' kendisidir. Başka hiçbir şey bir projektöre doğrudan zarar veremez ve bilinçli bir projeksiyon sırasında hiçbir şey fiziksel bedenlerine ve zihinlerine ulaşamaz. Bir projeksiyon sırasında kötü veya olumsuz herhangi bir şeyle karşılaşmak oldukça nadir olmakla birlikte, bir projektörün rastlayabileceği herhangi bir sorunlu varlık, bu nedenle onlara doğrudan zarar veremez. Ancak kendilerini günışığını bir projektörden korkutmak için tasarlanmış bir form olarak gösterebilirler ve bu da psikolojik olarak zarar verebilir. Bu aynı zamanda bilinçaltında OOBE korkusuyla da sonuçlanabilir. Her bilinçli çıkışı mahvedebilecek içgüdüsel, olumsuz bir tepkiye neden olabilir. Bu, bir projektörün, kendilerini üstesinden gelmek için programlayamadıkları sürece, hayatlarının geri kalanında bilinçli OOBE'nin keyfini çıkarmasını engelleyebilir. Eğer durum zaten böyleyse, bunu aşmak için bir olumlamalar ve kendi kendine hipnoz kullanılmasını öneriyorum.

OOBE Çıkış Duyumları Korkusu:

OOBE çıkış duyumları korkusu, üstesinden gelinmesi gereken bilinçli çıkış oobe'sinin önündeki doğal engellerin ilkidir. Bu kolay değildir ve çok fazla kontrolün yanısıra erken bilinçli projeksiyonların ağır fiziksel duyumlarının size gerçekten zarar vermeyeceğine dair çok fazla inanç alabilir. Duyular, özellikle ilk birkaç bilinçli çıkış girişimi sırasında 'son derece' fiziksel ve şiddetli olabilir, ancak sonraki projeksiyonlarda her zaman kademeli olarak azalacaktır.

Fiziksel kalp atışı, bilinçli bir çıkış yansıtma girişimiyle aslında artmaz. OOBE girişimi tarafından fiziksel olarak yarışmaya 'neden' değildir - çoğu zaman kesinlikle o kadar hızlı yarışı yormuş gibi 'hissedecek' olsa da, patlamak üzeredir. Bu yarış hissi, Gerçek Zamanlı aracı oluşturmak ve yansıtmak için gereken enerjiyi sağlamak için fazla mesai yapan kalp çakrasıdır (birincil merkez). Buradaki zorluk, yine, gerçek zamanlı bedenin, bilincin 'uyanık' bir kopyasını bedenden çıkarmaya çalışmasından kaynaklanmaktadır. Bu, doğal uyku projeksiyonundan oldukça farklı bir şeydir ve bu nedenle, genellikle aşırı fiziksel duyumlar olarak hissedilen oldukça aşırı enerji hareketi duyumlarına neden olabilir.

Projektör korkarsa 'eğer' kalp çakrası tamamen aktif hale geldiğinde kalbin hızı gerçekten de artabilir. Korku ve panik neden olabilir

Machine Translated by Google

'gerçek' bir hızlı kalp atışı, nefes darlığı, baş dönmesi, mide bulantısı, kramplar ve ağrı vb. yoluyla daha fazla duyumlar. Bunu aşmanın en iyi yolu, her şeyi İPLİ tırmanmaya ve olabildiğince 'hızlı' bir şekilde vücuttan çıkmaya odaklamaktır. mümkün - kalp çarpıntısı hissini ve ağır bedensel titreşimleri tamamen görmezden gelirken. Projektör vücutlarından ne kadar çabuk çıkarsa, bunlar o kadar çabuk durur. Ağır fiziksel duyumlar, enerji bedenini aşamalı olarak geliştiren, bilinçli çıkış projeksiyonu için gerekli enerjileri sağlamasını ve bunlarla başa çıkmasını sağlayan düzenli meditasyon ve enerji çalışması ile büyük ölçüde azaltılabilir.

Bununla birlikte, fiziksel bedenden pürüzsüz ve hızlı bir çıkış, bunun üstesinden gelmenin en iyi yoludur.

Lütfen herkesin yoğun bir çıkış hissi yaşamadığını unutmayın, ancak en kötü durum senaryosuna hazırlıklı olmak, sürprizlere kapılmak ve mükemmel bir projeksiyondan korkmaktan çok daha iyidir. Ağır çıkış duyumları kendi başlarına da psikolojik yara izlerine neden olabilir ve her bir gelecek projeksiyon girişiminin başarılmasını daha da zorlaştırabilir. Bu, bir zamanlar hassas bir dişi fırçalarken içgüdüsel refleks hareketiyle, onarıldıktan çok sonra bile, ağrı hissedilmemesine benzer.

Beden Dışı Ortam Dışı Bilinmeyen Korkusu:

Vücut dışı çevre korkusunun üstesinden gelmek kolay değildir. Bu, basitçe bilinmeyenden korkmaktan kaynaklanır ve çoğu insan, dışarı çıktıklarında bir dereceye kadar bunu yaşar. Bu tür korku, tüm çocukların büyümek zorunda olduğu doğal karanlık korkusuyla ilişkili görünüyor. Yeni bir projektör cesur olmalı ve kısa bir süre için de olsa bu korkuyu kontrol etmeli ve görmezden gelmelidir. Hala güçlü korku duyguları hissetseler bile, bunları görmezden gelebilirler ve OOBE girişimlerine devam edebilirler. Vücuttan çıktıklarında, OOBE'nin önündeki ilk büyük engeli aşmış olacaklar ve bir daha dışarı çıktıklarında korku seviyeleri büyük ölçüde azalacaktır. Birden fazla yansıtma yoluyla beden dışı çevreye giderek daha fazla aşina olmak, bu tür korkunun üstesinden gelmenin en iyi yollarından biridir.

Machine Translated by Google

Dı ş arı ç ı kmak, kı sa süreliğ ine ve ilk defa da olsa, herhangi bir yeni projektör iç in en önemli hedeftir. Bu, vücut dı ş ı ortamı ç ok daha gerç ek hale getirecek ve bir dahaki sefere daha da ulaş ı labilir kı lacaktı r. bir

projektör bilinç li ç ı kı ş ı yalnı zca birkaç kez yönetir, OOBE'nin hafı zası ve 'gerç ekliğ i' bu deneyimler tarafı ndan sonsuza kadar onlara aş ı lanacaktı r. Fiziksel bedenlerinden ayrı olarak var olabilecekleri ve bozulmadan, canlı ve iş levli kalabilecekleri bilgisi onlarla sonsuza kadar kalacaktı r.

Bu, kendi baş ı na, kiş isel ölüm korkusunu ve hatta sevilen biri kaybolduğ unda hissedilen kederin acı sı nı bile büyük ölç üde azaltmaya yardı mcı olabilir. OOBE, ölmenin nası l bir ş ey olacağ ı na dair ç ok eriş ilebilir ilk elden deneyim sağ lar. Ölüm, bedenden son yansı ma değ ilse nedir? OOBE deneyimlendiyse, bu nedenle, yabancı bir yere gitmiyor veya tamamen bilinmeyen bir deneyime, yani ölüme gitmiyorlar. Sadece daha önce deneyimledikleri bir ş eyi (biraz daha kesin olsa da) tekrarlı yorlar.

Gündüz saatlerinde projeksiyon yapmak, vücut dı ş ı ortam korkusunun hı zla üstesinden gelmenin en iyi yoludur. Parlak güneş li bir günde vücudun dı ş ı nda uç manı n 'hiç bir ş ey' yoktur. En hafif tabirle son derece keyifli bir deneyim. Süpermen gibi uç manı n nası l bir ş ey olduğ unu hiç merak ettiniz mi? Ve korkutucu bir ş eyle karş ı laş maktan endiş e ediyorsanı z: Aç ı kta tam güneş ı ş ı ğ ı altı nda ç alı ş an basit yaramaz türleri bile, hiç bir tür olumsuz veya zahmetli varlı k görmedim veya duymadı m.

Bir binanı n iç inde bazı ş eylere rastlamak mümkün olsa da, ç ı kı ş tan sonra projektör hemen dı ş arı ç ı kı p tam güneş ı ş ı ğ ı na ç ı karsa, korkutucu bir ş eyle karş ı laş ma ş ansı son derece düş üktür.

Bunu ç ı kı ş tan hemen sonra hı zlı bir ş ekilde yapma eylemi, bir projektörü doğ rudan astral düzlemlere fı rlatabilir ve yine korkutucu bir ş eyle karş ı laş ma olası lı ğ ı nı büyük ölç üde azaltabilir.

Endiş e/Korku Getiren Din:

Birç ok insan, OBE'lere sahip olarak Tanrı 'nı n yasaları nı ç iğ nemekten veya İ ncil'deki bir ş eyi ihlal etmekten endiş e ediyor. Projeksiyonun yanlı ş , kötü ve hatta ona karş ı tavsiyede bulunduğ unu doğ rudan belirten HİÇBİ R doğ rudan İ ncil referansı yoktur. Aslı nda, İ ncil'de OBE'den bahseden birç ok referans vardı r, yani eğ er hafı za bana hizmet ediyorsa, St Paul bir adamı n mistik deneyimini anlatı rken bundan bahseder: "Vücudunun iç inde mi, dı ş ı nda mı söyleyemem".

Machine Translated by Google

Kutsal Kitap'ta yazı lmamı ş sa, o zaman OBE'ye karş ı bir baş ka yaygı n alev, kötülük 'olmalı dı r'. Bununla birlikte, modern dünyanı n teknolojik baş arı ları nı n çoğ u da İ ncil'de 'değ il'. Bu onları hiçbir ş ekilde kötü yapmaz.

OBE büyücülüktür, cadı ları n OBE'ye sahip olduğ u bilindiğ inden ve bu nedenle kötü olmaları gerekir, OBE'ye karş ı bir baş ka popüler alevdir. Bu, hava yolculuğ unun kötü olduğ unu, Hitler'in uçakla uçtuğ unu bildiğ i için veya gecenin kötü olduğ unu, sı rf cadı lar genellikle geceleri daha aktif olduğ u için ya da patlayı cı ları n kötü olduğ unu, sı rf bazı insanlar bunu yaptı ğ ı için kötü olduğ unu söylemek gibidir. İ nsanlara zarar vermek için içlerinden bombalar çı kar.

Benim bunu görme ş eklim ş udur: Allah gökleri, kainatı ve bunları n içindeki her ş eyi yarattı . Yaratı lı ş ı kusursuzdur ve en küçük atoma kadar hiçbir ş ey gözden kaçmamı ş tı r. Tanrı aynı zamanda insanı n içindeki bütünleş miş fiziksel ve enerjik sübtil bedenleri de yaratmı ş tı r ve O'nun tasarı mı nda görünmeyen, her uyuduğ unda 'herkesin' baş ı na gelen doğ al çok boyutlu zihin bölme etkisinin potansiyelini ortaya koyar. Bilinçli beden dı ş ı deneyimlere sahip olma yeteneğ i 'doğ al' bir yetenektir ve birçok insan baş armayı zor bulsa da, herkes bu yetenek için potansiyele sahiptir. Bence Tanrı insanları n OOBE'ye sahip olması nı istemeseydi, bizi biraz daha farklı tasarlar ve projeksiyonu imkansı z kı lar mı ydı ? Aksini düş ünmek, Tanrı 'nı n bir hata yaptı ğ ı nı iddia etmektir, yani Tanrı yanı labilirdir, bu kesinlikle dinsizdir ve muhtemelen bilinen tüm dini ve İ ncil yasaları na aykı rı dı r. Yaş am deneyimim, Tanrı 'nı n bilge olduğ una ve O'nun asla hata yapmadı ğ ı na içtenlikle inanmamı sağ lı yor.

Yardı m Çağ rı sı :

Projeksiyon yapmaya çalı ş ı rken baş ka bir projektörden yardı m çağ ı rmanı z veya bedenden çı ktı ğ ı nı zda sizi karş ı laması için birini aramanı z mümkündür. Trans durumuna geldiğ inizde veya kendinizi ağ ı r hissettiğ inizde ve uykuya dalmaya yakı n olduğ unuzda, kiş inin adı nı mümkün olduğ unca yüksek sesle (zihinsel olarak) birkaç kez zihinsel olarak söyleyin. Eğ er onlar bedensizdirler, nerede olurlarsa olsunlar, ne kadar uzakta olurlarsa olsunlar, sizi kesinlikle duyacaklar ve sizi ziyarete gelecekler. Bu kiş i deneyimliyse, vücudunuzdan çı kmanı za yardı mcı olabilir.

Machine Translated by Google

Baş ka bir projektör, baş ka ş ekillerde yardı mcı olsalar da, baş ka bir projektörü vücutları ndan gerçekten 'çekemez'. Bunu yapmaya yönelik herhangi bir giriş im, projektör tarafı ndan hassas bir ş ekilde dengelenmiş 'öngörülebilir' durumları nı bozma eğ iliminde olacak bir psiş ik/enerji beden saldı rı sı (çok nahoş soğ uk titremeler, vb.) olarak algı lanacaktı r. Bir projektör baş ka bir projektöre en iyi ş ekilde doğ al yansı tmanı n (uyku yansı tma) gerçekleş mesini bekleyerek ve ardı ndan yansı tma yaptı kları nı n farkı na varmaları nı sağ layarak ve bunu hatı rlamaları na yardı mcı olarak yardı mcı olabilir. Bu zamanda iyi bir tavsiye, onlara tekrar dalı ş yapmaları olacaktı r.

fiziksel bedenleri "Ben yaptı m!" diye bağ ı rı yor. oobe'lerini güçlendirmelerine yardı mcı olmak için hatı ralar.

Çoğ u zaman, doğ al bir yansı ma meydana geldiğ inde, gerçek zamanlı beden, fiziksel bedeninden yavaş ça çı kar ve uyku pozisyonunu taklit ederek hemen üzerinde durur. Bu durumdaki gerçek zamanlı projektör, tı pkı fiziksel bedeni ve zihni gibi uykudadı r. Yardı mcı bir projektör, uyuyan projektörün gerçek zamanlı bedenini nazikçe uyandı rarak ve çok derin uykuya dalmadan önce fiziksel bedenlerine yeniden girmelerini sağ layarak bir OOBE elde etmelerine en iyi ş ekilde yardı mcı olabilir. Bu zaten olmuş sa, ortak bir projeksiyon devam edebilir. Bu durumda, acemi projektörün periyodik olarak fiziksel bedenine dönmesini ve zamanı yakı ndan takip etmesini öneriyorum. Daha sonra yakı nlarda durdukları ndan ve "Ben yaptı m!" diye bağ ı rarak fiziksel bedenlerine geri dalmaya hazı r oldukları ndan emin olabilirler. çalar saatin çalmaya baş ladı ğ ı an, fiziksel beden onları yeniden bütünleş mek için sarmaya baş ladı ğ ı nda ilk çekiş leri hissettiklerinde.

Ruhlar:

Ş ahsen, kimi veya neyi aradı kları nı "tam olarak" bilmedikçe ve tam olarak kim ve ne oldukları na dair kimlik bilgilerini doğ rulayamı yorlarsa, projektörlerin "bilinmeyen" ruhlara veya "bilinmeyen" rehberlere yansı tmaları na yardı mcı olmaları nı tavsiye etmiyorum. . Herhangi bir yerden herhangi bir yardı m için körü körüne çağ rı yapmak, istenmeyen astral vahş i yaş amı n ve yaramaz ruh varlı kları nı n istenmeyen dikkatini çekme riski taş ı r. Akı llı astral yaban hayatı ve ruh varlı kları nı n çoğ u türü, yaş ayan bir kiş inin hayatı na müdahale edebilmeleri için bir tür "izin" gerektiriyor gibi görünmektedir. Yardı m için körü körüne çağ rı yapmak, bir varlı ğ a ihtiyaç duyduğ u tüm 'izni' sağ layabilir, ancak bu, aş ı rı derecede de olsa. Ve bu gibi durumlarda bir kez izin verildiğ inde, o kadar basit veya kolay bir ş ekilde iptal edilemez.
Kasten yardı m istemek gerçekten çok güvensiz bir uygulama olduğ una inanı yorum.

Machine Translated by Google

Herhangi bir açık davet veya yardım talebi, bunun yerine olumsuz bir varlığı sizi rahatsız etmeye davet edebileceğinden, bilinmeyen ruh varlıklarından oluşur.

Ancak Melekleri çağırmak, bilinmeyen ruhları körü körüne çağırmakla aynı uyarıları taşımaz. Allah'a dualar (hangi şekle ve isme inanırsanız inanın), O'ndan korunma ve yardım dilemek 'şiddetle' tavsiye edilir ve aynı riski taşımaz. İnanç veya din - hatta eksikliğinden bağımsız olarak - herhangi bir projeksiyondan önce, sadece birkaç kelime bile olsa, koruma için bir duanın 'içtenlikle' söylenmesini şiddetle tavsiye ediyorum.

Dualar en çok derinden rahatlamış bir 'sessiz' zihinsel durumdan söylendiğinde etkilidir; yani, trans durumundan. OBE sırasında bir tür ruh ortaya çıkarsa ve projektör bunların gerçek olup olmadığından emin değilse, basit bir test, ondan gitmesini ve sizi yalnız bırakmasını ve başka bir zamanda, çağrıldığında geri dönmesini istemektir. . Herhangi bir iyi ruh bu isteğe uyacak ve çağrıldığında başka bir zaman geri dönecektir. Eğer bir ruh ayrılmazsa veya sizin için neyin iyi olduğunu sizden daha iyi bildiğini söyleyerek bu isteğe karşı çıkarsa, o zaman bu ruhun söyledikleri kişi olmadığı oldukça güvenli bir bahistir.

İsteğe göre OOBE yapmak isteyen herhangi bir projektör tarafından öğrenilmesi gereken belirli beceriler vardır. Projeksiyon için 'hayır' güvenli kısayollar yoktur. OOBE'den bilinçli çıkış la ilgili zorluklar en iyi şekilde doğal engeller, bir "sebep" için orada bulunan ve bu nedenle akılcı olmayan engeller olarak düşünülür.

kaçınmak. Bir projektörün ilerlemesiyle ilgili veya bununla ilgilenen arkadaş ça bir ruh veya rehber varsa ve yardım etmekle ilgileniyorlarsa, projektörün ne yaptığını ve "ne zaman" yaptığını "tam olarak" bileceklerdir. Projeksiyon öğrenme konusunda istekli ve yardım edebilecek durumdalarsa, bunu projektörden herhangi bir talep olmaksızın yapacaklardır.

OOBE'den bilinçli çıkışın zorlukları 'doğal' engellerdir ve akıllıca değildir

bunların içerdiği derslerden ve bunların üstesinden gelmek için kazanılabilecek becerilerden kaçınmak. Bu beceriler: derin fiziksel rahatlama, zihni temizleme, konsantrasyon, trans, bedensel farkındalık eylemleri, enerji yükseltme ve korkunun üstesinden gelme yeteneği, başarılı ve güvenli vücut dışı operasyonlar için gerekli gereksinimlerdir. Özetle kendi buharınızla vücudunuzdan dışarı çıkamıyorsanız o sırada projeksiyon yapmamalısınız. Ancak bu, denemeye devam etmemeniz gerektiği anlamına gelmez, çünkü gerekli beceriler öğrenildikten ve OBE operasyonlarının gerekliliklerini yerine getirdikten sonra,

Machine Translated by Google

ilk doğal engeli aşmış olacak ve vücudunuzdan ilk adımları nızı atmaya hazır olacaktır.

Fiziksel Bedenin Gözleri:

Bu birçok kişiye açık görünse de, bu konuyla ilgili çok fazla sorum oldu. Bir yanstma giriş imi sırasında fiziksel bedenin gözleri her zaman kapalı kalmalıdır. (Kaç kez konuş tuğuma inanamazsın
bunun hakkında soru soruldu :) Gerçek Zamanlı ve/veya Astral görüş, bilinçli bir projeksiyon çıkışı sırasında veya hemen öncesinde kendiliğinden mümkün olacaktır. Bir projeksiyon çok karanlıksa veya projektör kör olduğunu hissediyorsa, daha önce verildiği gibi vücut dışı enerji yükseltme tekniklerini kullanmaları nı öneririm. Ayrıca görselleş tirerek, bir meş ale veya lamba vb. görselleş tirerek ışık yaratmak da mümkündür. Birçok insan, beden dışındayken görüş lerini istemek zorunda oldukları nı ve onu hemen elde ettiklerini düş ünürler. Karanlığın üstesinden gelmenin bir baş ka yolu, iyi aydınlatılmış bir varış yerini görselleş tirmek ve oraya yanstmak için anında seyahat yöntemini kullanmaktır.

REM (Hızlı Göz Hareketi)

Yaygın olarak 'REM' durumu olarak adlandırılan Hızlı Göz Hareketi, genellikle bir oobe giriş imi sırasında meydana gelir - her zaman olmasa da sıklıkla. Bu, fiziksel beden çok yorgun olduğunda - fiziksel beden gerçekte gerekenden daha derin bir uykuya daldığında, ancak zihin hala uyanık tutulduğunda, trans hali tarafından tetiklenen doğal bir olaydır. REM durumu, berrak bir rüya görmek için ideal zamanın işaretini verir, çünkü bu rüya zihninin aktif hale geldiğini gösterir. Korku veya diğer zorluklar OOBE'yi zorlaş tırıyorsa, projektörün bu zamanda berrak bir rüya görmeye odaklanması nı öneririm, çünkü bu, onları daha sonra tam bilinçli bir OOBE çıkışına hazırlamaya yardımcı olacak bir tür ilgili vücut dışı deneyim verecektir. Şu anda 'bilinçli' berrak bir rüya

özellikle REM aktivitesi projektörün konsantrasyonunu bozuyor ve bozuyorsa, bilinçli bir OOBE'ye uygulanabilir bir alternatif olur. Burada, berrak bir rüyanın Gerçek Zamana veya astral rüyaya dönüş türülebileceğini unutmayın.

projektör vücuduna odaklanırsa ve onun vücudunu 'hissediyorsa' projeksiyon. Daha sonra ya bedenlerine geri ya da yakına yanstacaklar ve tam bir OOBE devam edebilir veya o zaman elde edilmesi çok daha kolaydır.

LD Notu: REM durumu vurduğunda uzanıyorsa, berrak bir rüya elde etmenin iyi bir yolu, projektörün OOBE giriş imini durdurması, rahat kalması ve

Machine Translated by Google

yanları na (sı rtları na değ il) dönerek ve kendilerini nazikçe uykuya bı rakı rken bir mağ aza ortamı hayal etmek. Her ş ey yolunda giderse, belirgin bir kesinti olmaksı zı n doğ rudan berrak bir rüyaya girerler.
bilinç.

Enerji Merkezleri Kapatı lı yor mu?

Yazarı n Notu Bu bölüm, orijinal İ nceleme'nin daha önceki bir bölümüyle çeliş ir, onu düzeltir ve onun yerini alı r - birincil enerji merkezlerini kullandı ktan sonra kapatma hakkı nda. Bu çeliş kinin nedeni basitçe, devam eden araş tı rmamı n enerji bedeninin ve nası l çalı ş tı ğ ı nı n daha iyi anlaş ı lması na yol aç ması dı r - bu durumda bana baş ka türlü öğ reten deneyimle :)

Herhangi bir tür enerji çalı ş ması ndan sonra, uyarı lmı ş veya aç ı lmı ş tüm enerji merkezlerini kapatmanı n geleneksel olarak önemli olduğ una inanı lı r. Bu fikrin yüzeyde bir değ eri var gibi görünse de, bunun tamamen mantı ksı z bir uygulama olduğ u sonucuna vardı m. Hiç bir yerelleş tirilmiş farkı ndalı k eylemi veya görselleş tirilmiş eylem, bir enerji merkezinin (çakranı n) devre dı ş ı kalması na veya kapanması na neden olamaz. Bu, ikincil veya birincil her tür enerji merkezi için geçerlidir.
Deneyim bana, bir enerji merkezi bölgesinde bir farkı ndalı k eylemi nası l yapı lı rsa yapı lsı n, bunun "daima" uyarı ma neden olacağ ı nı söylüyor. Herhangi bir farkı ndalı k veya görselleş tirilmiş eylemin bir enerji merkezini kapatmayı veya devre dı ş ı bı rakmayı baş arabileceğ ini düş ünmek bir hatadı r. Bu biraz, bir kı vı lcı mı (etkin olmayan enerji merkezini) bir uyarı eylemiyle (kı vı lcı mı 'aktif' bir enerji merkezi yaparak) bir aleve çevirmek ve sonra aynı alevi farklı bir yönden üfleyerek söndürmeye çalı ş mak gibidir. . Ancak yapı lı rsa, alevi havalandı rmaya devam edecektir.

Ş unu düş ünün: En popüler çakra açma yöntemleri, bir çakranı n bulunduğ u yer üzerinde aç ı lan küçük bir kapı veya bir çift perdeyi görselleş tirmeyi içerir. Bu yapı ldı ğ ı nda çakranı n 'aç ı ldı ğ ı ' kabul edilir. Bu yöntem daha sonra seansı n sonunda o çakrayı 'kapatmak' için basitçe tersine çevrilir. Bu kapı lar kapanı yor olarak görselleş tirildiğ inde, çakraları n 'kapalı ' olduğ u kabul edilir. Birincil çakralar, her biri yaklaş ı k olarak avucunuzun büyüklüğ ü kadar birçok iş levi olan karmaş ı k, fiziksel olmayan enerji 'girdapları 'dı r. Eğ er
Bunun gibi görselleş tirilmiş bir 'küçük kapı ' açma tekniğ inin, bunun gibi güçlü bir enerji yapı sı nı nası l etkileyeceğ ine bakarsanı z, oldukça aç ı k hale gelir.

Machine Translated by Google

basit bir küçük kapı yı 'kapatmanı n' tersine çevrilmiş bir eyleminin çok az etkisi olacağ ı nı veya hiç etkisinin olmayacağ ı nı . Ayrı ca istenilen ş ekilde etkilemeyecektir. İ ncelemeye göre bedensel farkı ndalı ğ ı n ve Dokunsal Görüntülemenin nası l çalı ş tı ğ ı nı anlarsanı z, bu akı l yürütmenin biraz hatalı olduğ u anlaş ı lı r. Hem aç ma hem de kapama yöntemleri, büyük bir çakra bölgesinde görselleş tirilmiş veya bedensel bir farkı ndalı k eylemini içerir.
Bu nedenle hem aç ma hem de kapama eylemleri bir dereceye kadar uyarı ma neden olacaktı r. Birincil enerji merkezleri, herhangi bir görselleş tirme ya da görselleş tirme ile kapatı labilen ya da kapatı labilen basit mekanik cihazlara benzetilemez.
farkı ndalı k eylemi.

Enerji merkezleri, sanı rı m gösterdiğ im gibi, iyi niyetler ve biraz görselleş tirme ile aç ı lı p kapatı labilen küçük kapı lar değ ildir. Bazı insanlar buna itiraz edebilir, çünkü enerji merkezleri 'geleneksel olarak' kullanı mdan sonra kapatı lmalı dı r; popüler yeni çağ tipi teorilere ve bu konudaki literatüre göre. Her ne olursa olsun, mantı ğ ı m sağ lam ve tekrarlanabilir deneylere dayanı yor ve enerji merkezleri bu ş ekilde basitçe "devre dı ş ı bı rakı lamaz" veya "kapatı lamaz". Kiş i bunu baş ardı ğ ı nı düş ünürse, bunun sadece bir tesadüf olduğ unu ve söz konusu enerji merkezlerinin zaten kendiliğ inden devre dı ş ı kaldı ğ ı nı görecektir. Çoğ u durumda, birincil enerji merkezleri, fiziksel vücut hareketi ve normal zihinsel aktivite seviyeleri geri yüklendiğ inde, gevş eme disiplini kı rı ldı ğ ı andan itibaren çok hı zlı bir ş ekilde devre dı ş ı kalmaya baş layacaktı r.

Bununla birlikte, enerji 'yükseltme' eylemini tersine çevirmek ve enerjiyi bacaklardan almak (birincil merkezlerden değ il), birincil enerji merkezlerindeki aktiviteyi azaltmaya yardı mcı olur. Bu tersine çevrilmiş enerji yükseltme eylemi, herhangi bir doğ rudan çakra uyarı mı içermez ve özellikle bacaklar yoluyla enerji bedenine akan enerji miktarı nı azaltı r. Bu, birincil enerji merkezlerinin kullanabileceğ i enerji miktarı nı azaltı r, dolayı sı yla bu merkezlerdeki aktiviteyi bir dereceye kadar azaltı r. Ancak bu, birincil merkezlerin yerlerinde odaklanmı ş herhangi bir farkı ndalı k eylemini içermez.

Birincil ve ikincil enerji merkezleri, gevş eme disiplini bozulduğ unda ve ayrı ca uyarı lmaları veya kullanı lmaları sona erdiğ inde doğ al olarak aktivite seviyelerini azaltı r. Enerji merkezlerini devre dı ş ı bı rakmanı n en iyi yolu, onları uyarmayı ve kullanmayı bı rakmaktı r. Enerji merkezleri de enerjik olarak tükendiklerinde faaliyetlerini durduracaktı r. Desteklendiğ inde bu olacak

Machine Translated by Google

enerji gövdesi devresi kapanır, tükenir veya başka bir nedenle birincil enerji merkezlerini aktif durumda tutmak için gerekli olan gerekli enerji akışını sağlayamaz hale gelir.

Not: Birincil enerji merkezlerinde önemli bir sürekli enerji hareketi veya faaliyeti hissedilmezse, bir gelişme oturumu veya projeksiyon girişiminden sonra, bunlar kendi haline bırakılmalıdır. Aktiviteyi azaltmak için 'sadece' devam eden çakra duyumları telaffuz edilirse veya rahatsız edici ve rahatsız edici hale gelirse denenmelidir. Kendi başlarına bırakılırlarsa, gevşeme disiplini bozulduğunda ve fiziksel hareket ve aktivite geri geldiğinde doğal olarak çok hızlı bir şekilde devre dışı kalırlar.

Birincil Merkez Aktivitesini Azaltma Yolları :

1. Enerji yükseltme hareketini yalnızca bacaklarda ve kollarda tersine çevirin - enerjiyi aşağı ve vücuttan dışarı doğru itin.

2. Herhangi bir birincil enerji merkezine farkındalığı odaklamayı bırakın.

3. Zihinsel rahatlamayı ve transı kırın ve normal fiziksel ve zihinsel aktiviteyi yeniden sağlayın. Hareket edin, ayakta durun, konuşun, gerin ve tam dolaşımı geri yükleyin ve hareket.

4. Kıvrılın ve uyuyun - bu uygunsa.

5. Önemli bir atıştırmalık veya yemek yiyin.

6. Rahatsız edici derecede aşırı aktif bir merkeze bir yastığa bastırın ve sarın, sonra uyuyun veya kestirin.

7. Aşırı aktif enerji merkezlerinin bölgelerini kuvvetlice ovun, masaj yapın veya tokatlayın.

8. Yürüyüş, koşu, yüzme, aerobik gibi fiziksel egzersizler

9. Duş alın - gerekirse soğuk.

* Yukarıdaki eylemlerin kombinasyonları, enerji merkezi aktivitesini yavaşlatır veya durdurur.

YO-YO OOBE Tekniği:

Herhangi bir OOBE tekniğinin tüm amacı, projeksiyon refleksini hızlı bir şekilde tetiklemek için bedensel farkındalığı fiziksel bedenin dışında dışsallaştırmaktır.

Machine Translated by Google

projektör zihinsel olarak uyanık kalır. Bununla birlikte, görünüşte basit olan bu farkındalık eylemini, çoğu insan için birkaç saniyeden fazla sürdürmek son derece zor olabilir. Ancak bu kısa bir süre için, tekrar tekrar ve ritmik olarak, yeterince uzun süre yapılırsa, yansıtma refleksini tetikleme etkisi de olacaktır.

YOYO adını verdiğim yeni bir tekniğin ana hatları aşağıdadır. Bunu kendim kullandım ve neredeyse İP tekniği kadar iyi noktaları var gibi görünüyor, ancak çoğu insan YOYO'yu çok daha kolay buluyor. İPLE sorun yaşıyorsanız bu yöntem iyi bir alternatiftir. Bu aynı zamanda bir OOBE girişimi için iyi bir hazırlık çalışması olarak da kullanılabilir. Gerçek çıkış için başka bir teknik kullanılacak olsa bile, yansıtılabilir ikiliyi 'gevşetmeye' yardımcı olur.

4. Normalde bir OOBE tekniğini kullanmaya hazırlanacağınız gibi, kendinizi derinden rahatlamış bir duruma veya mümkünse trans durumuna getirin.

1. Yatağınızın üzerindeki tavanda veya bir sandalye kullanıyorsanız duvarda bir hedef seçin. Bu, hafif bir montaj veya resim (herhangi bir şey) olabilir veya üstünüze küçük bir kağıt hedef bantlayabilirsiniz.

2. Bir sandalyenin üzerinde durun (düşmemeye dikkat edin) ve yüzünüzü hedefe yakın tutmanın nasıl bir şey olduğunu hissedin. Değişen uzaysal koordinatları hissedin. Bu yeni pozisyonun (hedefin yanında) oradan nasıl hissettirdiğini hissedin. Yerin, yatağın, mobilyaların, pencerelerin ve kapıların şimdi nerede olduğunu hissedin.

Bu pozisyonda, hedefinize yakın olmanın 'nasıl hissettirdiğini' ezberleyin.

3. İPİ kullanmak yerine, farkındalığınızı bedeninizden çıkarın ve sanki hedef yüzünüzün yanındaymış gibi hedefin hemen yanına doğru itin.
Hedefe yakın olduğunuzu hayal edin ve 'hissedin'. Farkındalığınızı sadece bir saniye orada tutun ve ardından farkındalık noktanızı çekin.
vücuduna geri dön. Hedefe doğru ilerlediğinizi hissedin ve kısaca, bedensel farkındalığınızı konum değiştirdikçe odadaki uzamsal koordinatlarınızın değiştiğini hissedin. Hedefe doğru uçarken ve vücudunuza geri dönerken odanın etrafınızda kısa bir süre hareket ettiğini hissedin. Farkındalık merkezinizi bedeninize geri çektiğinizde odanın normale döndüğünü hissedin.

Machine Translated by Google

4. Farkı ndalı ğ ı nı zı hedefle vücudunuz arası nda kabaca bir saniye aralı klarla (hangisi daha doğ al geliyorsa) ileri geri zı platı n. İ çeri ve dı ş arı , içeri ve dı ş arı , tekrar tekrar doğ al bir ritim deneyin ve geliş tirin.

5. Bu tekniğ i kullanmaya alı ş tı ğ ı nı zda, hedefteki sürenizi biraz uzatı n, biraz daha uzatı n. Bu süreyi her zaman rahat ve ulaş ı labilir olacak kadar kı sa tutun, böylece defalarca, tekrar tekrar, kolaylı kla yapabilirsiniz. Bu konsantrasyon gerektirir ancak alı ş tı ğ ı nı zda oldukça kolaydı r.

6. Böyle devam edin, tı pkı İ PLE gibi yansı tma refleksini tetikleyecektir.

7. Bu tekniğ i uygun gördüğ ünüz ş ekilde, İ PLE veya vücudunuzdan dı ş arı yuvarlanma ya da kendinizi vücuttan uçuyormuş gibi hissetme, nokta kayması vb. gibi diğ er OOBE teknikleriyle değ iş tirin. Örneğ in, yansı tı labilir durumu tetikleyebilir, titreş imleri hissedebilirsiniz. vb., YOYO kullanarak ve İ PLE kullanarak veya vücudunuzdan yuvarlayarak veya baş ka bir favori yöntemle çı kı ş ı daha kolay bitirmeyi bulun.

Yarı ş Kalp Atı ş ı , Yön Kaybı ve Bası nç:

Benim düş ünceme göre, bir OBE veya OBE giriş imi sı rası nda veya sonrası nda oryantasyon bozukluğ u ve kafa bası ncı , bir OBE giriş iminin neden olduğ u zorunlu biyo-enerjik geliş imden kaynaklanmaktadı r. Bundan kaynaklanan herhangi bir sorun birkaç gün içinde çözülecektir. Kendinizi tamamen normal hissedene kadar daha fazla giriş imde bulunmanı zı tavsiye etmiyorum - çünkü her ş eyin buna göre ayarlanması ve geliş mesi için zaman olması gerekir. ne oldu -bir kası n aş ı rı çalı ş ı p zorlandı ktan sonra iyileş mesi ve geliş mesi için zaman verilmesi gerekir.

Mantı klı bir gözlem ve kı smen doğ ru olsa da, kalp çakrası nı n yeterli enerjiyi almadı ğ ı ve bunun bir OBE giriş imi sı rası nda yarı ş ması na neden olduğ u varsayı mı tamamen doğ ru değ ildir. Bu konu göründüğ ünden çok daha karmaş ı ktı r.

Bedensel farkı ndalı k eylemine neden olan bir yansı tmayı , yani İ p'i durdurduğ unuzda ve kalp çakranı zdaki zonklamanı n yavaş ladı ğ ı nı gözlemlediğ inizde, aslı nda enerji bedeninizi yansı tı labilir çiftinizi oluş turmaya zorlayan baskı yı hafifletmiş olursunuz. Bu, kalp çakrası ndaki yükü hafifletir, böylece aktivitesini yavaş latı r.

Machine Translated by Google

Kalp çakrası, uyanıklık kaynaklı bir OBE girişimi sırasında yanıtlabilir çifti oluşturmak için çok fazla enerji sağlamaya zorlanır. Aşırı kalp merkezi aktivitesi ve diğer tüm ağır çıkış duyumları, çok sayıda biyo-enerjik çatışmanın ortaya çıkmasına neden olan 'uyanık' bilincin varlığından 'nedendir'. Bunu desteklemek için: zihniniz uykudayken ve biyo-enerji denkleminden ne kadar kolay bir şekilde beden dışına yansıttığını zı bir düşünün? Uyurken, duyma çakranızdan neredeyse hiç üfürüm duymadan, sadece hafif, kısa bir düşme hissi hissederek dışarı çıktığını zı göreceksiniz. En kötüsü, bu seviyedeki çıkış duyumları, özellikle uykuya dalıp çıktığını zda, gerçekten uykuya dalmadan önce yatağınızın kenarlarını yakalamanıza neden olacaktır.

Bir OBE girişimi sırasında uyanık bilinç mevcut olduğunda, gerçek bir 'biyoenkarne bilincin komplikasyonu' ortaya çıkar. Uyanık zihniniz tüm denklemi değiştirir ve olağan biyo-enerjik projeksiyon mekanizması çok fazla olağandışı baskı altına girer. Uyanık bilinç mevcutken yansıtılan çifti oluşturmak için gereken enerjileri sağlamak için fazla mesai yapması gerektiğini bulur. Projeksiyon sırasında uyanık bilinç mevcut olduğunda, biyo-enerjik projeksiyon mekanizması, uyanık zihnin fiziksel bedeni üzerindeki bilinçli kontrolünü ve bunun otomatik olarak ürettiği 'gerilimi' aşmak zorundadır.

Kısmen doğru derken, kalp çakrasının üzerine artan enerji talepleri yerleştirildiğinde hızlandığını kastediyorum. Bu, yansıtılan ikilinin Gümüş Kordon aracılığıyla yansıtılan çiftini enerjisel olarak koruyan fiziksel/eterik karşılığından bilinçli olarak daha fazla enerji çektiği bir OBE sırasında meydana gelebilir. Bu gerçekleştiğinde, kendi başına bir göğüs olmasa bile, yansıtılan ikilinin algılanan göğüs bölgesinden de hissedilir daha ağır bir zonklama hissedilecektir. Bu, özellikle Gerçek Zamanlı OBE sırasında 20 fit (6 metre) kadar yakın mesafeden fark edilir ve daha fazla mesafe ile azalır.

Ancak, bilinçli bir OBE'den çıkış girişimi sırasında kalp merkezi zonklaması hızlandığında (özellikle erken OBE'ler ve OBE girişimleri sırasında fark edilir), bu, deyim yerindeyse, uyanık bilincin işlere bir anahtar attığının bir işaretidir.

Machine Translated by Google

Tekrarlanan OBE giriş imi deneyimiyle (yansı tma mekanizması nı telafi edebileceğ i noktaya geliş tiren) üstesinden gelinmesi gereken uyanı k bilincin 'kaçı nı lmaz' varlı ğ ı nı n yanı sı ra, basit biyo-enerjik geliş menin yanı sı ra, bunun neden olduğ u sorunları n çoğ u bundan kaynaklanı r. derin fiziksel rahatlama eksikliğ i. En 'yaygı n' sorun ve bunun genel nedeni budur. Muhtemel projektörlerin büyük çoğ unluğ u, OBE denemelerinden önce yeterli bir derin fiziksel rahatlama durumuna ulaş maz ve bunun sonucunda ağ ı r çı kı ş hissi ve sorunları yaş ar. Mümkün değ il! Ş öyle diyebilirsiniz: "Tam transtayı m ve bu yüzden yansı tmanı n gerçekleş mesi için yeterince fiziksel olarak gevş emiş olmalı yı m. Pekala, anlaş ı labilir bir varsayı m olsa da ş unu düş ünün: Oldukça derin bir trans seviyesine ulaş mak oldukça mümkündür (normal y kolay OBE için çok derin) fiziksel beden hala projeksiyon mekanizması na müdahale etmek için yeterli fiziksel gerilimi korurken.Benzer ş ekilde, hala stres ve gerginlikle doluyken uykuya dalmak da mümkündür. Ayakta dururken ve hatta yürürken tam bir trans hali - ki bu açı kça fiziksel gerginlik gerektirir, eğ er buna teş ebbüs edersem, bir OBE giriş imini açı kça engellerdi.

zaman.

Benim önerim, The Treatise on OBE, Version 2.00, part 1-8'i okumak ve ardı ndan en az birkaç hafta derin fiziksel rahatlama ve sadece trans çalı ş ması uygulamaktı r. Bunu, tercihen sabah gibi tamamen uyanı k olduğ unuz zamanlarda, OBE denemelerinden 'ayrı ' yapı n. Bu, gevş emeyi ve transı çok daha fazla çalı ş tı rı r, ancak bu nedenle çok daha fazla geliş im faydası vardı r. Yukarı daki tavsiyeyi izledikten sonra hala problemleriniz varsa, Mind-Split'in OBE'lerinizi 'hatı rlamanı zı ' engelleyen suçlu olduğ unu düş ünürdüm. Çarpan kalp merkezi hissinden önce titreş imler veya diğ er çı kı ş duyumları yaş ı yorsanı z, yansı tmayı zaten baş armı ş , ancak çı kı ş ı kaçı rmı ş olabilirsiniz: yani, yansı tı lan ikiziniz ayrı ldı ktan sonra, fiziksel/eterik yönünüz denemeye devam ediyordu. projeksiyon. Bu durumda, yansı tma imkansı zdı r, bir OBE 'zaten' devam ederken eterik beden fiziksel muadilini terk edemez.

Duygu ve Yeniden Giriş :

Machine Translated by Google

Yeniden giriş aşaması nın duygusal içeriği, OBE anıları nı güçlendirdiği için 'son derece' önemlidir. Başarısız OBE girişimlerinden zihin bedünmesi sorumluysa ve muhtemelen öyledir, bu, fiziksel/eterik bedeninizde var olan anıları nı zın, yeniden girişten sonra OBE anıları nı zın onları n üzerine yazması na izin vermediği anlamı na gelir. Fiziksel beynin doğası, herhangi bir tek zaman periyodu için yalnızca tek bir anı kaydetmektir. Bir OBE sırası nda, tamamen ayrı iki bellek seti mevcuttur - fiziksel/eterik beden ve onun yansıtılan ikizi. 'En güçlü' bellek seti, bir OBE'den sonra geri çağrılabilir bir bellek olarak tutulan set olacaktır. Fiziksel/eterik bedenin anıları, normal fiziksel bellek kaydı na göre bu anılar otomatik olarak kaydedildiğinden, fiziksel beyin üzerinde daha hızlı bir etkiye sahiptir. bir OBE hafıza yüklemesinin gerçekleşmesi ve bu hafızaları n üzerine yazılması için, bunları n yerleşik hafızalardan daha güçlü ve daha fazla 'etkiye' sahip olması gerekir. Böylece duygu, OBE anıları nı güçlendirmek, onlara fiziksel beyin üzerinde daha fazla etki sağlamak için kullanılabilir. Korkunç ya da heyecan verici, daha dramatik olan yukarıdaki nedenlerden dolayıdır; OBE'ler, daha sıradan türlerden daha kolay hatırlanır.

OBE'nin ilk günlerinde (bunu kasten yapmaya başladığımda) fiziksel bedenimin yanında neden başarısız olduğumu anlamaya çalıştığımı ve çoğu zaman OBE hafızası nı kaybettiğimi hatırlı yorum. Hemen her gece OBE yapmaya çalışıyordum, ancak o yıl sadece birkaç kez başarabildim. Bu zamanlarda, yansıtılan dublörüm fiziksel bedenimden çıkmakta hiçbir sorun yaşamadı. Çok kolay olduğu için neden daha fazla OBE'yi hatırlamadığımı merak ettim. Sonra bu OBE'ler sırasında ve sonrasında ne kadar heyecanlandığımı hatırladım ve merak etmeye başladım....'hmm, belki de duygunun kendisinin OBE anıları nı fiziksel bedenime benimle birlikte geri taşımakla bir ilgisi olabilir mi?'

O gece başarılı bir 'duygusal' yeniden giriş yaptım ve OBE akıl yürütmemi hatırladım. O zamandan beri bu mantığı uyguladım ve sayısız başarılı OBE'ye sahibim. Şimdi, yeniden giriş yaparken her zaman bir şekilde başarımı 'vahşice' 'bağırır yorum'. OBE hafızası nı çok güçlü bir şekilde aklımda tutuyorum ve etkili bir hafıza indirmeyi zorlamak için bir tetikleyici ifade kullanıyorum, yani "Ben yaptım!" veya "Ellerim eridi!" veya vb. Bu işe yarıyor! her zaman gelirim

Machine Translated by Google

(uyan) dudakları mda tetikleyici cümlemle ve OBE'min tüm hatı rası yla. Bu gerç ekten bir dünya farkı yaratı yor.